改造命運的原理與方法

【二〇一三年新版】

陳柏達居士 著

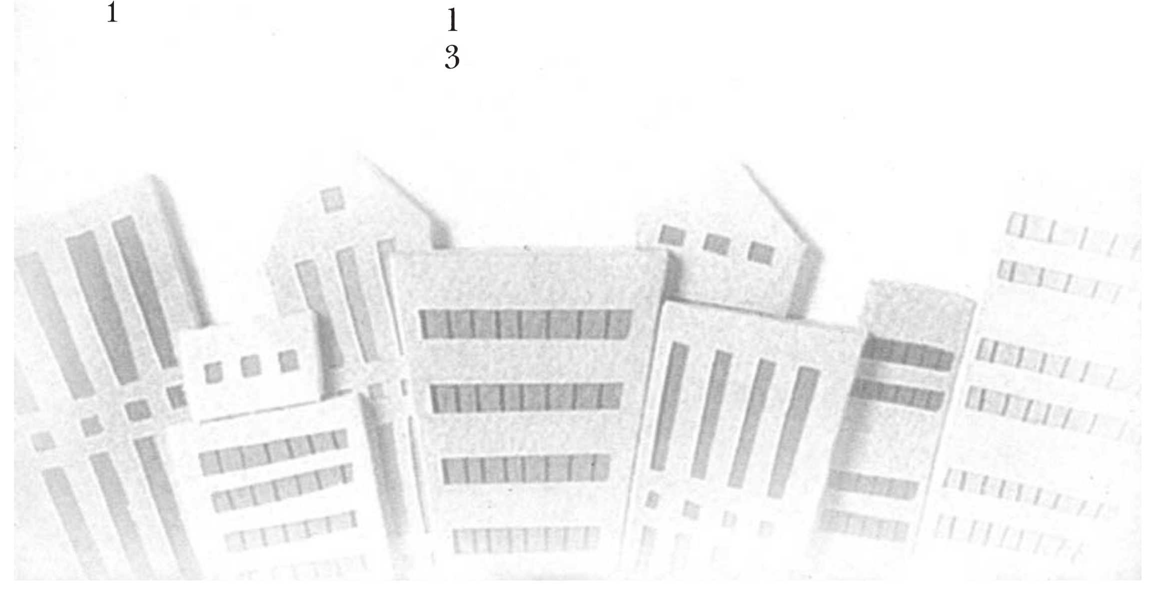


佛陀教育基金會 印贈

一切佛經，及闡揚佛法諸書，無不令人趨吉避凶，改過遷善。明三世之因果，識本具之佛性。出生死之苦海，生極樂之蓮邦。讀者必須生感恩心，作難遭想。淨手潔案，主敬存誠。如面佛天，如臨師保。則無邊利益，自可親得。若肆無忌憚，任意褻瀆。及固執管見，妄生毀謗，則罪過彌天，苦報無盡。奉勸世人，當遠罪求益，離苦得樂也。

——恭錄自《印光大師文鈔三編卷四：靈巖山寺念誦儀規題辭》

改造命運的原理與方法　目錄







Principle & Approach

第一章 引言



惟有在「為善得樂，為惡得苦」的因果法則下，我們的自由才有意義，才有保障。

「種豆得豆，種瓜得瓜」，萬一種大豆不會得大豆，而得了苦瓜啦、酸果啦、毒菇啦、野草啦……那麼，農夫的自由選擇還有什麼意思呢？

第一章　引言

一、錯誤的見解

一般人對於命運的看法多半是有偏差的。因為大部份的人都是在「宿命論」和「自由論」這兩個圈子裡打轉。

贊成宿命論的人認為：一切事情都是命中註定和神安排好的。努力的結果，只是白費心機。萬事只要聽天由命就行了，他們抱著「船到橋頭自然直」，「今朝有酒今朝醉」的態度去過日子，甚至變得消極頹廢了。

另有一種人持著「眼不見為淨」的人生觀。他們認為只要拼命工作，

拼命賺錢就好了，何必杞人憂天，去研究人生的大道理。命運這玩意兒太玄了，實在高深莫測，像我們這種凡夫怎麼能理解它呢？反正知不知道命運都是那個樣子，該來的遲早要來！不知道也許還好一點，越知道，內心的恐懼可能越多。

有些年輕朋友支持激烈的自由論調，他們事事講求自由，而且對於宿命批評得體無完膚。他們說：「宿命論是上古時代的產物。在這種高度文明的科學時代還相信命運這麼一回事，是會使人笑掉牙齒的。現在大夥兒都在爭取自由，你還口口聲聲喊著宿命，不但是開倒車，簡直把火車開到月台上了。」

二、命運的真相

事實上，單用「宿命」或「自由」這兩個名詞有時無法解釋人生的各

種遭遇。語意學告訴我們：任何一種現象或事物永遠無法用語言文字來描述完全。換句話說，語言文字和現象實物之間永遠有差距存在。

宿命論和自由論各可以解釋人生的若干遭遇。因此，這兩種理論都對了一部份。假如我們只贊成其中一種理論，而反對另一種理論，那就錯了！因為宿命論和自由論這兩種理論不但不相矛盾，而且還相輔相成。

這是什麼道理呢？宿命論是以因果法則做基礎的。前世修善，所以今生得樂報；前世作惡，所以今天得苦報。這種前因後果的關係，就是一般人所說的「種豆得豆，種瓜得瓜」。

請諸君注意：惟有在「為善得樂，為惡得苦」的因果法則下，我們的自由才有意義，才有保障。否則，為善不一定得樂報，甚至以後還會受苦，那我們自由地選擇行善，豈不是失去了保障，哪有人敢再行善？打個比方來說，因為「種豆一定得豆，種瓜一定得瓜」，所以，農夫的自由選擇，才有了意義和保障。所以他才選擇了種豆，萬一種大豆不會得大豆，

而得了苦瓜啦、酸果啦、毒菇啦、野草啦……那麼，農夫的自由選擇還有什麼意思呢？

宿命論和自由論這兩種思想雖然有偏差，但不見得一無可取。這兩種理論都像具有副作用的藥物一樣，對症下藥可以產生治療的效果，濫用過度卻反而因藥成病。譬如，有些人研究宿命的原理以後，內心的貪欲和惱慮一掃而空，因為他不再像從前那麼貪得無厭，那麼地死心眼，心中愈來愈寧靜，而且也變得隨遇而安，澹然無求了。

可是有些人卻適得其反，他相信宿命以後，不但得不到上面的好處，反而產生一大堆毛病。他變得敷衍不負責任，苟且偷安，放逸享樂，消極頹廢，甚至連有意義的正事也漠不關心，這豈不是像用藥過度而瀉肚子？

三、不信因果有多可怕

現在有許多知識份子激烈地反對「因果報應」和「因果法則」，他們從沒有仔細地想一想這種見解給社會留下了多大的禍害。

我們打開報紙瞧瞧，幾乎每天都有殺人、搶劫、邪淫或欺騙的事情發生，幹這種事的人都是不相信「因果報應」和「因果法則」，所以他們才敢鋌而走險，以身試法。

一個深信因果的人，絕對不會做出這種兇惡的事情。因為他恐怕別人的指責和評論，也畏懼將來的報應和自食惡果。可是不信因果的人就沒有這份敬畏和慚愧心，他既然不相信後世和因果，所以做起壞事必然肆無忌憚。他只顧眼前的利益，而不考慮將來。甚至為了獲取現在的利益，不擇手段，再兇狠的方法他都敢冒險嘗試。假如社會上人人這麼做，天下豈不是要大亂嗎？所以這種心狠手辣的厚黑思想實在不能提倡。

只要不信因果的人越多，這社會上的問題就越複雜。不信因果的程度越強烈，社會上的問題也就越嚴重。看某一個地方的民俗好壞，只要看該區域的民眾是否深信因果就差不多了。

舉個例子來說，我曾去過一間非常令我懷念的寺廟，寺裏的人相處得極為融洽，而且真正做到了「路不拾遺」的地步，在那種地方，洗澡時忘了帶手錶回寢室，隔了一兩天想到再回頭去浴室找，包準你能找到遺失的手錶。可是在一般大學堂的宿舍可就不同了。記得我讀大學二年級時，有位學弟戴勞力士的手錶，去洗澡忘了拿回來，嚇得臉發青。這兩個地方為什麼會產生這麼大的差別？理由很簡單，在那寺廟裡大家都相信因果，可是大學堂裏相信三世因果的人卻少得可憐。

深信因果的人不會貪圖佔別人的便宜，因為他知道將來會因為眼前所佔的便宜，重重地付出更可怕的代價。所以從長期的觀點來看，佔別人的便宜其實就是自己吃大虧。假如這個社會大家都不佔別人的便宜，那麼天

下豈不是就太平了。

再者，深信因果的人通常願意自己吃眼前虧，而把好處讓給別人。因為他知道學習吃虧對自己的將來大有益處，學吃虧不但可以使別人歡喜，更可以藉此機會砥礪自己的堅忍和仁慈的品德。從長期的觀點來看，吃虧就是佔便宜。眼前所吃的虧將來必定能得到更大的報償。這思想對於促進社會的安和樂利是不可或缺的。

所以，涅槃經上說：「真正明白善因產生善果，惡因產生惡果的人，就不會再做壞事情了。」（註一）

四、為什麼必須相信三世因果

佛教不但講「因果」，而且還特別強調「三世因果」——你前生種什麼因，這一生就會得什麼果；今生種了什麼因，來生也會受什麼果。就好像

因果經上所說的：

「欲知前世因，今生受者是。

欲知來世果，今生作者是。」

我們不能因為看不見過去世和將來世，就否定三世因果的存在，就如同我們總不能因沒見過自己的高祖父和曾祖父，就不承認他們存在的可能性吧！

對於沒有見過的事物，我們可以運用推理或類推的方式去了解。試看普天之下哪一樣東西不是由於過去的延續？俗語說：「前人種樹，後人遮蔭。」假如沒有過去種的樹，現在哪有蔭可以乘涼呢？桌子的前身是木材，木材的前身是樹幹……哪一樣東西沒有過去呢？

再說，三世因果並不一定就是前世和來世，也可能是去年、明年。更可能是前一分鐘，現在這一分鐘，以後那一分鐘，或者前一剎那、後一剎那。

現在的科學認為：宇宙中每一件現象有它的原因的。心理學也強調：人類的任何行為都是有原因的。這種論點和三世因果的說法不謀而合。

偏偏有許多人主張「一世論」：人不過是父母和合而生的血肉之軀，思想和感覺不外是大腦和神經的運動現象。一死什麼都沒有了。他們處處都為這一生的物質享受和自己的利益打算。他們的生活充滿著短視、殘酷和功利的私欲，甚至為了個人的目標可以不擇手段。

從上面的觀念來看，我們可以發現「一世論」和「無神論」、「唯物論」、「自私的功利主義」、「以物質為中心的實用主義」是相關連的。要提昇人格和智力的境界，非突破「一世論」、「無神論」和「唯物論」不可。如同培根（Francis Bacon 1561~1626）所說的：「人們之所以成為無神論者，是因為對哲學沒有深入的瞭解。如果一個人能研究精深的哲學，那就不得不歸依宗教了。」（見培根論文集）

另有些宗教進而主張二世論，他們認為：好人死了上天堂，壞人死了

下地獄。善人死了為神，惡人死了變鬼。這種思想當然比無神論或唯物論好多了，至少它可以鼓舞人心向上，阻止人們犯罪，對於安定社會實在功不可沒。可是這種理論並不圓融，同時也不完美。

第一，它不能合理地解釋：人是從何而來？為什麼人一出生在體重和智力上就有種種差異？再者，難道一個人今生做了一點惡，來世就永遠變鬼或者下地獄，而永不能翻身。萬一他當鬼或在地獄時，改過向善，就沒機會再轉生到比較好的世界？……這種理論當然顯得十分死板。

只有三世的理論才是圓滿的，它不但可以解釋宇宙間的種種現象，而且可以使一個人不致埋怨命運而怨天尤人，甚至還可以鼓勵人們努力奮發向上，積極造福社會。

第二章　宿命論的錯誤在那裡



為什麼不能自由地選擇誕生地點、家庭和父母兄弟呢？這種不可抗拒的因素和力量，一般人稱之為「命運」。

佛家稱之為「過去的業力」——意即我們過去世在身體、語言和心念中的造作行為所產生的影響力。

不了解命運的由來就會怨天尤人，不能隨遇而安、視富貴如浮雲。

不能改造命運，那再多的學問和知識又有什麼用處呢？

第二章 宿命論的錯誤在那裏？

一、真有命運這一回事！

諸君可曾仔細的想一想：在這世界上，為什麼有的人出生在富貴的家庭，而有的人卻出生貧賤？有的嬰兒生下來就很可愛，而有些嬰兒卻長得很醜呢？為什麼有的人一出生就胖嘟嘟的，而有的人卻瘦弱多病？……這是為什麼呢？

俗語說：「龍生龍，鳳生鳳。」假如遺傳就可以解釋這些問題，為什麼有些平庸的父母卻生了聰明可愛的寶寶，而有些知識分子卻反而生了白痴兒女呢？

假如營養就可以解決健康的問題，為什麼仍有許多富人家骨瘦如柴，一生多病？難道他們沒吃過營養品？

假如努力工作就一定能致富，那為什麼有些人辛苦工作了一輩子，卻仍然貧無立錐之地，而且還向人家租房子？可是那些出生在富貴家庭的孩子，卻生來就養尊處優，終生財物享用不盡……。

如果我們深入地探討上面幾個問題，我們不難發現：有一種神秘而不可思議的因素存在。例如：為什麼不能自由地選擇誕生地點、家庭和父母兄弟呢？這種不可抗拒的因素和力量，一般人稱之為「命運」。佛家稱之為「過去的業力」──意即我們過去世在身體、語言和心念中的造作行為所產生的影響力。

孔子曾經說：「不知命，無以為君子。」這個「命」字其實指的就是「因果」或「業力」。因為不知道三世因果，就無法了解命運的由來，就不能改變或創造命運。

不了解命運的由來就會怨天尤人，不能隨遇而安、視富貴如浮雲。不能改造命運，那再多的學問和知識又有什麼用處呢？

二、中外哲人對命運的肯定

命運的產生，其實就是三世因果的現象。真正了解命運的人，必然相信三世因果的存在。

古今中外，凡是有大智慧的哲學家無不肯定命運的存在，因為改造命運是以肯定命運做基礎的。瞭解命運、知道命運是怎麼一回事以後，才可以進一步去改造命運。

現在，我們舉一些著名的句子如下：

「謀事在人，成事在天。」（論語）

「生死有命，富貴在天。」（論語）

「有的人富貴是與生俱來的，有的人富貴是自己努力得來的，有的人富貴是被逼出來的。」（莎士比亞的戲劇「第十二夜」）

「甚至當我們不注意時，命運仍在支配我們……。」（尼采）

「凡事都有定期，天下萬物都有定時。生有時，死有時，栽種有時，拔出所栽種的也有時，殺戮有時，醫治有時，拆毀有時，建造有時……。」（聖經傳道書第三章）

「出生的貧富貴賤美醜等差異，都是過去世作為所造成的。」（那先比丘經）

三、算命可靠嗎？

一般人的富貴、貧賤、美醜、夭壽、生死都有定數，這定數其實就是他們過去世心念、語言和行為的果報。

凡是心靈越寧靜的人，智慧就越高。智慧越高，就越能了解命運和果報。明白過去世的能力，佛經上叫做「宿命通」。獲得宿命神通有兩種方式。有些人前世做了特別的善事，今生自然就有宿命通，這叫做「報

通」。有些人的宿命通是這一世修定功得來的，這叫做「修通」。

華嚴經的十地品中記載：第三世的菩薩就可以明白過去一世、二世、三世……百世、千世……無量百千世的事情。例如：世界的形成和毀滅、自己的名字、家族、飲食、壽命、苦樂、身材、相貌、生在那裡、死於何處…都能記得。佛經上也記載：了斷煩惱的聖人可以知道過去八萬四千大劫（註二）以內的事情。完美的聖者──佛陀則可以了知無窮盡的過去、未來和現在。換句話說，他可以徹底明白無限的時空。

了解無限的過去是我們每一個人都具有的潛能。可是我們心中的貪慾、憎恨、吝嗇、嫉妒……等煩惱把這種偉大的潛能給障住了。

因此，在這一世我們想要了解過去世的情形，除了勤修定功以外，就必須借助於古代哲人們所遺留下來有關命運的典籍。

可靠的算命方法很像精確的儀器。因為精密的科學儀器可以測出土地下面石油的蘊量，而算命方法可以測出一個人心地當中種種潛能和現象。

算命先生又好比經驗老到的農夫。老農一眼就可以辨出白菜、還是菠菜的種子？這種子何時發芽？何時開花？何時結果？可長多高多粗？顏色、樣子又如何……他都知道。真正的算命先生也是如此。他可以知道一個人心田的各類種子和過去的業因在何時起現行？何時結果報……。

算命的靈不靈，完全看算命先生的心智修養，以及他所依據的算命典籍可靠性有多高而定。所依據的典籍越可靠、越精密，算起命來，就越靈越可靠。

譬如遵照諸葛亮、李淳風、袁天罡、邵康節、劉伯溫等正統的方法去算命，當然比現代普通人寫的書，要可靠多了。現在有許多半桶水的算命先生，沒有弄通古法，就想另創新法，當然其準確性就差多了。

奉勸諸君多看古代的經典之作，少看現代人著述或翻譯的書，因為現代寫書多半為了名利和稿費，很難寫出上乘的東西來。假如諸君想了解命運，多下工夫研讀「業報差別經」、「占察善惡業報經」這一類的經典，

其品質當然是一流的，準確性百分之百，沒話說，而且對啟發智慧和修養德行助益良多。

四、算命的實例

甲、邵康節先生的「梅花易數」

◈擊鼠枕破

有一天，在睡午覺時間，他看見有一隻老鼠走過面前，就用瓷器的枕頭丟那隻老鼠，沒丟中，反而把枕頭打破了。他發現枕頭裡好像夾有紙條。因此，他就撿起紙條。紙條上面寫著：「這個枕頭賣給賢人邵康節先生，某年某月某日某時，因為打老鼠而把枕頭丟破了。」

邵康節看見這張紙條，嚇了一跳，沒想到自己的一舉一動都被這紙條說中了。他趕緊跑去問那位賣枕頭的先生。

賣枕頭的先生說：「從前好像有一位老先生手裏拿著易經，坐在這兒休息，我看他用手舉起一個枕頭，那張紙條大概是這位老先生寫的。他老人家已經很久沒有來了。不過，我知道他家，我可以帶你去！」於是賣枕頭的人就和邵康節來到了老先生的家。

沒有想到那位老先生已經逝世了，他留下了一本書，並且告訴他家人說：「某年某月某日某時，有一位面貌長得很清秀的讀書人到我們家來，你可以把這本書轉交給他，幫我完成一樁心事。」

於是老先生的家人就把這本書交給邵康節。邵康節接到了這本書，就排卦推算，告訴老先生的家人說：「你父親生前曾放一些白金在床下，你可以去挖挖看，拿來辦喪事！」那家人照著話做，果然挖到了白金。於是邵康節很高興地捧著這本書回家研究。後來算了無數次，都非常靈驗。下面

就舉幾個較著名的例子。

◈觀梅占

辰年十二月十七日下午四點鐘左右（申時），邵康節先生正在欣賞梅花，突然看見兩隻麻雀在爭奪梅枝，結果樹枝掉到地面上。邵先生就說：「沒有動不占卦，不因為事情發生也不占卦。現在有兩隻小鳥把梅枝弄掉在地上，可能會有什麼預兆吧！」

用八卦推算的結果，他知道第二天晚上有一個女孩子摘花，被園丁追趕而驚惶逃走，不小心摔倒，跌傷了大腿。到了第二天晚上果然如此。

◈牡丹占

有一年的三月十六日卯時，邵康節和許多客人到司馬先生家裡欣賞牡丹花，當時正值牡丹盛開。有一位客人問說：「這牡丹花這麼盛開，難道它

的凋敗的時間也是命中註定的嗎？」邵康節先生回答說：「萬物的興衰都有定數。」於是邵康節就給這些牡丹花卜了卦，他發現第二天中午這些花被馬所踐毀。許多人都不相信。結果沒想到次日中午果然有一位達官顯貴來欣賞牡丹花，兩隻馬相囓，然後在牡丹花間奔馳，牡丹花都被踏壞了。

※借物占

有一年的冬天，大約是在晚上六點左右，邵康節先生聽到有人敲門，首先敲了一下，接著又連續敲了五聲。那個人說要借東西。邵康節請他不要講出所借物品的名稱，叫他的兒子先卜卦推算看看對方是借什麼東西。結果他兒子說：「那先生所借的東西，有木質也有金屬，而且木質部分較長，金屬部份較短。我猜大概是借鋤頭吧！」邵康節說：「東西的質料你算對了，可是名稱不對。這麼晚了，借鋤頭有什麼用處，應該借斧頭才對！」

◈動靜占

有一次，某一個人問邵康節先生說：「今日動靜如何？」邵先生就利用他所問的這六個字來排卦，就告訴他說：「今晚有人請客，有酒、有雞，還有黍！」

◈牌額占

有一天，邵康節先生偶然看見「西林寺」的匾額。他發現那匾額的「林」字沒有兩鈎，因此卜卦占之，結果發現這寺廟有鬼魂干擾，住得不平安。邵康節詢問了寺廟的人，果然有這回事，於是邵康節就建議他把「林」字多加兩鈎就不會再受鬼魂的干擾。寺廟裏的人照著邵先生的話去做，果然平安無事。

❖老人有憂色占

巳丑日卯時，邵康節先生正在經行，看見一位老人往東南方走，面帶憂愁。邵康節就問這位老人為什麼憂愁，那位老人回答說：「沒有！」邵先生很奇怪，於是就卜卦，告訴那位老人說：「您這五天以內，務必要小心，恐怕有大災禍會發生在您身上！」

果然，在第五天這位老先生因為去喝喜酒，被魚骨哽在喉嚨而一命嗚呼。

❖少年有善色占

壬申日午時，邵康節先生遇到有一位青年從南方走來，面帶喜色。邵先生問他為什麼春風滿面，他說：「沒什麼！」於是邵先生又開始卜卦，告訴那位青年人說：「十七天以內，你有文定之喜！」

那位青年果然在十七日內完成定親。

❖牛哀鳴占

癸卯日午時，邵康節先生聽到有一頭牛在北方鳴叫，叫聲非常淒涼。因此他就加以卜卦，預言：「這一頭牛二十一天內，會遭遇到殺身之禍。」

果然到了二十天，有人買下了這一頭牛，宰了以後，以牛肉請客。

❖雞悲鳴占

甲申日卯時，有一隻雞在西北方啼叫，叫聲非常悲愴。邵康節先生卜卦後判斷這隻雞只能再活十天。

這隻雞果然在第十天被殺了。

❖枯枝墜地占

戊子日辰時，邵康節先生走到半路，有一棵樹的枯枝無風自落，掉在西方。邵先生卜卦的結果，斷言：「這顆樹十天後一定會因遇到一個名叫元

夫的人而斷落。」

這棵樹果然在十天後被人砍下來，砍伐工人的名字恰好就叫「元夫」。

上面每件事情的占卜方法在邵康節先生所著的「梅花易數」都有詳細的說明。該書中不但記載了許多未卜先知的方法，而且告訴您如何去了解宇宙和人生種種預兆的含意。當然，還包括了占卜、天時、家宅、婚姻、生男育女、求人、謀職、交易、出外遠行、疾病、筆跡、訴訟、墳墓……的凶吉。

在中國歷史上，卜卦像邵康節先生這麼靈的人也不少，譬如：諸葛亮先生的「馬前課」可以推算出每一個朝代的長短、有幾位帝王、發生什麼大事等等。諸君千萬不要以為這是迷信或者說我在吹牛，這可冤枉了！

據我所知，孔明先生確實能夠算出：民國初年挖掘三國時代所留古跡的人的名字。諸位可別小看了我們的先聖先賢喔！我們研究學問必須以謙

虛和恭敬心做基礎，才能成功。莎士比亞所說的：「千萬不可輕視你所不知道的真理，否則你可能會用生命的代價來補償你所犯的過錯。」（仲夏夜之夢）

其實，宇宙間每一件事的發生都有預兆，只是一般人不明白預兆的意義，所以無法事先知道將要發生的事情。

精通易數命理的人，心中特別寧靜或有智慧的聖賢就可以預知某一種現象（預兆）所發生的意義和影響。一個人心靈越寧靜、智慧越高，他的預知能力也就越強、越精確。華嚴經上說：大菩薩在一個毛細孔或一粒微塵中，可以見到無數個三千大千世界（一個三千大千世界約有十億個太陽系）從形成到毀滅的過程。這種境界當然又不是孔明先生可以想像的到的。

乙、一行禪師的「達摩一掌金」

「達摩一掌金」（或「達摩一掌經」）（是唐朝一行禪師所寫的。當時的皇帝曾禮拜他當師父，其威望可想而知了。

這是一本了解命運最容易入門的書，簡單明瞭，容易學習。這本書是竹林書店和瑞成書店印行的，一般較大的書局也許可以買到。

它是屬於算八字的書，從正確的出生年、月、日、時，來判斷一個人的貧富、貴賤、夭壽、愚智等。現代的心理學認為一個人的貧富、貴賤、夭壽、愚智是遺傳和環境交互影響而決定的。佛經上則指出：人生的這些差別現象，就是前世的業力和今生的努力而造成的。

達摩一掌金以「天貴」、「天厄」、「天權」、「天破」、「天奸」、「天文」、「天福」、「天驛」、「天孤」、「天刃」、「天藝」、「天

壽」等十二個項目來判斷一個人的父母祖業、兄弟、夫妻和子媳的凶吉。換句話說，就是一個人幼年、中年、老年的命運。當然人生的凶吉都是由自己過去和現在的「善業」和「惡業」所造成的。

這本書載有每個月份出生的人的性格和六親狀況，以及每一個時辰出生的人的刑尅和壽命歲時。

又可算出得病時日的凶吉、夫妻的相犯、是否修道的根器、「小兒煞」（夭折）和「桃花煞」（紅杏出牆）。

所謂「小兒煞」，就是根據出生的月份和時辰來推斷孩子是否會夭折。例如：在正月和七月上下午九時至十一時、二月和八月上下午七時至九時、三月和九月上下午五時至七時、四月和十月上下午三時至五時、五月和十一月上下午一時至三時、、六月和十二月上下午十一時至一時，出生的孩子都恐有夭折之患，為了讓讀者便於記憶，謹將原書詩偈摘錄如下：

「正七休生巳亥時，
二八辰戌不堪推，
三九卯酉難存立，
四十寅申生悲泣，
五十一月防丑未，
六十二子午孤悽，
十二月中時有犯，
小兒關煞報君知。」

假如你不幸遇到這月份和時辰出生的孩子，請你告知他父母要廣積陰德、多放生、愛護動物、茹長素、常念佛或許可以突破這一關。

所謂「桃花煞」就是女的長大將來可能發生不守婦道、紅杏出牆的事情，而男的可能會尋花問柳、移情別戀等事情。。

出生在申、子、辰三個日子的「酉時」（下午五時至七時），亥、

卯、未三個日子的「子時」（晚上十一時至一時），巳、酉、丑三個日子的「午時」（中午十一時至一時），寅、午、戌三個日子的「卯時」（清晨五時至七時）的人就犯「桃花煞」，情感較可能走私。這就是達摩一掌金上所說的：

「申子辰雞叫亂人倫，
亥卯未鼠子當頭忌，
巳酉丑跨馬南方走，
寅午戌兔從茆裏出。」

命宮當中犯「桃花煞」的人不可出家，但可在家修。犯「桃花煞」的人應勤加懺悔業障、讀經明理、痛改前非，老實念佛。

所謂「夫妻相犯」是從出生時所屬的十二生肖來看的。屬羊的忌與屬鼠、屬馬的忌與屬牛、屬蛇的忌與屬虎、屬豬的忌與屬猴、屬兔的忌與屬龍、屬雞的忌與屬犬的人結婚：

「羊鼠相逢一旦休，
從來白馬怕青牛，
蛇逢猛虎如刀截，
豬見猿猴似箭投，
玉兔見龍雲裏去，
金雞遇犬淚雙流，
莫道陰陽無定準，
管取夫妻不到頭。」

假如你娶了一個不如意的老婆，您切莫怨天尤人。俗語說：「娶到好的太太可以成為詩人，娶到不好的太太可以成為哲學家。」娶到壞老婆，假如您想得開，放得下，您更容易不受感情的牽制，而專心念佛修道。如果您不修道，很誠心行善也可能促進和諧的氣氛；諸君千萬不可氣餒啊！

以上的資料只提供您參考而已，請諸君不要過份執著文字，因為「萬

法唯心造」，心才是命運的主宰呀！

丙、占察善惡業報經的「木輪相法」──三世因果的相法

「木輪相法」是人人可學，而且是獲益最大的相法。它是出於「占察善惡業報經」。因此假如您想研究「木輪相法」，就必須先精讀「占察善惡業報經」。

這部經寫得非常好，依照這一部經去做，不但可以使您明白自己的善惡習氣和修養情形，而且可以減除所有的煩惱和疑惑。無論事或理，修行或懺悔的方法，這部經都講述得十分完備。所以明末的高僧蕅益大師對這部經典推崇備至，他認為這部經典是度化末法時期的眾生特別微妙和殊勝的法門。所以他為這部法寶寫了「占察善惡業報經玄義」、「占察善惡業報經義疏」和「占察善惡業報經暨行法」。

這部經與其他算命書絕然不同。因為這部經不但告訴您凶吉禍福如何形成，而且還指出如何扭轉惡業和惡運的具體方法。更重要的是它能讓我們明白「三世因果」的善惡、苦樂和吉凶等狀況。所以它能使我們的智慧大開。

照著這部經典的「木輪相法」去修持，我們可以明白一百八十九種三世果報善惡的情形。譬如，它可以使我們知道我們前一世是從地獄轉來的，還是畜牲、餓鬼、阿修羅、人道或天道轉世來。我們前世是在家還是出家，有沒有聞法修行或供養聖賢等。

它也可以使我們明白某個人死後是升天堂或入地獄、是做畜牲或做惡鬼，是投生在人間或往生佛菩薩的清淨國土，來生能否證果……等。

它不但可以澄清我們對過去世和來世的疑惑，而且幫助我們解決現在世的許多重要疑難。例如：我們可以透過它明白某一個人是不是善友、所聽的法是否是正法、某一個人是否有實德或無實德、所了解的義理是否有

錯誤、所修行的法門是否正確、所證的是否真實、所學的是否契機、所學的是否有障礙、所做的事情能否成功、所求的財富官位是否能獲得、壽命是否能延長、求男求女是否能如意、所期待的人會不會來、對方是不是平安、所求的事物多久可得到、所懷疑的事物是否為真實、所遇的人物是否吉利、所遺失的東西能否找到、危險能否脫離、疾病能否痊癒、所找的醫師能否醫好病人、住處是否平安、農民能否豐收、夢境是否吉祥……。

除此之外，「木輪相法」還可以讓我們明白過去世善惡業因的多寡，以及現在所造十善或十惡（貪、瞋、痴、兩舌、惡口、綺語、妄語、殺生、偷盜、邪淫）的強弱。

「木輪相法」無論在生活或修行兩方面，對於我們的確幫助太大了。希望諸君早日修持「占察善惡業報經」這部法寶！

Changing Destiny



Principle & Approach

第三章　命運可以改變嗎

改造命運的原理與方法　陳柏達／著

Changing Destiny Principle & Approach



每個人都是自己命運的主宰。其實應該說：心才是命運真正的主宰。

有些人不明白這個道理，遇到苦難不懺悔業障，不種善因，反而去求神問卜，這樣不是本末倒置嗎？

所以儒家說：「造了罪業，向神祈禱，神也幫不上忙。」

第三章　命運可以改變嗎？

一、改變命運的經典根據

㈠詩經：「永遠要說一些合乎上天仁心的話，我們自己才能得到更多的福氣。」（註三）

㈡書經：⑴「命運有時很難捉摸，因為不是呆板、固定的。」（註四）

⑵「遺傳或先天上的缺陷仍可克服或避免。要是後天自己造的惡業，就很難逃避果報了。」（註五）

⑶「您做善就吉祥如意，您做惡就會遇到倒霉。」（註六）

㈢易經：⑴「行善積德的家庭，子孫必定昌隆。常行惡的家庭，子孫必有奇禍。」（註七）

⑵「吉和凶是會增多或減少的。」（註八）

(3)「君子以趨吉避凶。」（假如命運不可改變，吉怎麼能趨，凶怎麼能避呢？）

二、行善和內心清淨才有自由

自由一定建立在因果法則之上。好比農夫有自由決定現在要不要下田工作。可是無論他有沒有去耕作，都會受到因果法則的影響。如果他去耕作，他受到「種豆，種瓜得瓜」這因果法則的影響。假如他沒去耕作，他又受到「一分耕耘，一分收穫」這因果法則的支配。

有因果法則，我們才有自由；沒有因果法則，自由對我們就沒有什麼意義。譬如，萬一「種豆不得豆」、「耕耘不會有收穫」那農夫下田和播種的自由又有什麼好處呢？

所以講自由一定不可以離開因果律。種自由的因，就會得自由的果。

繫囚動物或剝奪他人自由的人來生就不自在。因此，我們這一生的自由受我們過去世所造善惡業的影響，前世種善因，今生自由快樂。因此正法念處經第二十卷上說：「為善能得解脫，造惡則被束縛。」

明白這一個觀念以後，你就知道我們凡夫的自由是有限和相對的。只有「凡有所為皆不逾矩」的聖人有絕對和無限的自由。換句話說：「行善不著善相，不造惡因不起妄念」的人才是真正的自由。這種絕對的自由境界在佛經上稱之為「涅槃」或「解脫」。

佛陀很慈悲，他訂下了許多戒律來幫助我們獲得更多的自由，所以我們越遵守他的戒律，我們也就越自由。

戒律不是束縛而是自由。因為不遵守戒律就沒有自由可言。譬如殺人、搶劫的人到處受追捕，那算什麼自由呢？所以妙法聖念處經的第一卷說：「做惡的人，如蠶作繭自縛。」

諸君一定要記住：行善才能得自由，行惡的人其自由宛如空中樓閣，

一點也不實在。

戒律就是告訴我們要愛護和恭敬所有的眾生，而不去干擾眾生或使眾生起煩惱，有許多外行人不了解戒律的精神，以為那是「吃人的禮教」，真是大錯特錯！我受過菩薩戒，受了菩薩戒，使我的煩惱顯著地減少，因為以前都以自己為主，現在要處處關懷他人。從受戒迄今，每天我都法喜充滿，叫我怎能不感激懷念這些戒律呢？

三、人有多自由

每個人的命運都是他自己所造成的。每個人都是自己命運的建築師。因為「心」是命運的主人。

問題是：由於過去世我們都曾造了許許多多的惡業，所以我們每一個人從出生以來，就受了若干的限制，因此在這一生我們的自由都是相對有

限的，而不是絕對或無限的。譬如，我們的膚色和容貌雖然可以透過後天的保養和努力而稍微改善，但不可能把一個醜八怪變得像仙女一般。你想做生意賺大錢，可是你卻受資金的限制。甚至我們的一舉一動和心中的念頭，也深受經驗和業力的影響。你有沒有發現我們的大腦一直動個不停，這是為什麼呢？你可曾仔細地探討這原因？

過去我們妨礙別人的念頭、語言和行為越多，我們今世就越不自由。這乃是一定的道理。奉勸諸君千萬不要繫縛小寵物，因你剝奪別人和其他動物的自由，你來生自由也會大受限制。

假如你要將來身心自由自在，您現在就得經常給別人方便、救人危急，這就是你想怎麼收穫，就得那麼栽呀！

所以孛經上說：「行善的人一定有福，造惡的人必然遭殃。所做的陰德雖然隱蔽，將來沒有不得到大善報的。」（註九）

四、誰是命運的主宰

每個人都是自己命運的主宰。其實應該說：心才是命運真正的主宰。儒家、道家和佛教都有經典記載：天神在考察人間善惡的事實。（註十）地藏菩薩本願功德經更有明文透露天帝和天神考察人間善惡的日期。這日期就是「六齋日」（每月初八、十四、十五、廿三、廿九、三十）「十齋日」（初一、初八、十四、十五、十八、廿三、廿四、廿八、廿九、三十）。諸君可別小看這十天喔！這十天行善得福較平日多得多，當然在這十天做惡得禍也比平日多。為什麼呢？我舉個簡單的例子告訴你：比方教育廳長要去視察某一所中學，你看那日期對學校重不重要呢？當然很重要。那天要是表現好一點，豈不是事半功倍？天帝和天神考察人間的日期當然對一般人特別重要，除非你每天都能確實不起妄念、時時行善，否則你還得在這十天多下點功夫、多積點陰德。當然平時的善行也是不能

免的。所以孛經抄上說：「至誠行善的人常有鬼神相助！」

我們要注意的是：鬼神雖然有神通能夠知道人的壽命、罪福，但不能生人、殺人，不能使人富貴或貧賤、夭折或長壽，因為今生的貧富、貴賤、夭壽都是眾生過去世的善惡業所造成的。（詳見譬喻經）所以書經上說：「並非上蒼使某一個短命，短命是他自己的惡業所造成的。」（註十一）阿難問事佛吉凶經說：「行善的人自然得福報。這福報並不是鬼神給他的。」

有些人不明白這個道理，遇到苦難不懺悔業障，不種善因，反而去求神問卜，這樣不是本末倒置嗎？所以儒家說：「造了罪業，向神祈禱，神也幫不上忙。」

奉勸諸君拜拜要用素食，不要殺雞殺鴨，以免前苦未徹底解除，又再造了殺生的惡業，來世短命多病，花錢又得禍，實在不划算啊！

雖然殺雞殺鴨去拜鬼神求福，偶而也會有點小靈驗。但是就怕將來你

不拜時，邪鬼邪神會找你麻煩。有些邪鬼邪神甚至會故意常擾亂你，以希望你繼續用肉拜祂。

你想一想：天道是大公無私的，萬一你拜酒肉就能得福，不拜的人就會降禍，那還叫做大公無私嗎？所以太上感應篇說：「禍福無門，惟人自召。」梅陀越王經上說：「造福造罪的報應如影隨身，做善必然得福，行惡一定遭殃。」

相信天帝的存在和有神在考察人間善惡，對於社會的安定幫助很大。真正堅信有神的人，必然不會做出虧心事來。報紙上所記載的壞事情，幾乎多是不信有神的人幹的，要是他堅信有神，他怎麼敢這麼做？

可是現在有許多知識份子卻認為「天」只是一種「理」，而不是「神」。殊不知，天理的觀念只是對明理的知識份子有效果，對於惡徒就無法產生嚇阻作用。譬如說你看見一個惡徒正想進去屋子強暴婦女，你對這個惡徒說：「你可不能進去，那裏面有天理啊！」我想他才不會理你這一

套。但萬一你告訴他：「你可不能進去啊，她在屋子裏面燒香拜天神。」我想那惡徒至少還會猶豫考慮一陣子。

五、改變命運的實例

如果方法正確加上精誠努力，命運是可以改變的。很不幸的是，一般人大半都無法突破命運的難關和限制，這是由於智慧和陰德積得太少的緣故！

下面我們舉個實例來證明改變命運是可能的：

甲、袁坤儀

袁先生是明朝人，他的原名叫黃，字坤儀，號了凡，是江南吳江人。早年本來學醫，後來遇到一位老人家，告訴他有作官的命，並勸他讀書考

取功名。這位孔先生是邵康節的門人，對於命學理數非常精通。孔先生算了袁坤儀的命說：「縣裏的考試你會考第十四名。府裏的考試，你會考第七十一名。省裏的考試你會考第九名。」

到了次年，縣省和府裏的考試都錄取了，而錄取的名次也確實符合了孔先生的預言。於是他就再請孔老先生替他占卜終身的吉凶禍福。

於是孔先生又算定他：某年幾次試又是考第幾名，升了某官前領用了九十一石五斗的米，某年做了縣長，當了三年半的縣長就辭職返鄉，五十三歲八月十四日丑時，壽終正寢而且沒有孩子。

後來孔先生所算的事一一都靈驗了。袁坤儀就相信「生死有命，富貴在天」、「萬般皆有命，半點不由人」，對一切事物看得很淡！

有一天，他到棲霞山去遊玩，拜訪了雲谷禪師。雲谷禪師告訴他「命由我作，福由心生」的道理，並且積善可以得福的方法。回來之後，他就努力照雲谷禪師的話去做，並且發願要實行善事三千功。第二年他到北京

去參加禮部的考試，孔老先生算他考第三名，結果卻考了第一名。孔老先生的預言開始不準了。他喜出望外，更加努力行善，又發願求子，再許下諾言要行三千功的善事。

明朝隆慶四年他考上進士，做了寶縣長，並且把自己省吃儉用下來的錢都花在施捨物品救濟窮人、助人急難、買物放生、打齋供僧等利益大眾的事情上。

孔先生本來算他沒有子女而且只能活五十三歲，沒想到他後來竟然活到七十四歲，而且生了一個貴子——他兒子後來也考上了進士。（詳見了凡四訓）

乙、孫思邈

孫思邈先生是隋唐時京兆華原人，早年聰穎異人，七歲便能口誦千言，當時人們稱他為「聖童」。

可是他小時候，身體虛弱，染有痼疾。他曾經因為治病，把財產都花光了。他隱居太白山志學仙道，精研醫術，學成之後行醫濟世，活人無數。

隋文帝和唐太宗曾兩度授以高官，都被孫思邈婉轉謝絕。他只把心放在濟世救人上。他的醫德和醫術都非常好。他看病，不問富貴貧賤、長幼妍媸、怨親善友、華夷愚智，對於所有病人都同等關懷，好像對自己的至親一樣。他看見別人的痛苦好像自己的痛苦一般，甚至能不惜生命、不辭勞苦、不避險難去治病。他只一心要治好病人，解除病人的痛苦，所以他行醫不分晝夜寒暑、飢渴疲勞，也從不考慮自己的吉凶。

後來他活到一百多歲，而且神采煥發，身體很健康。他成為唐朝最偉大的醫生，還寫了「備急千金要方」、「千金翼方」、「福祿論」、「攝生真錄」、「枕中素書」、「銀海精微」這些名著。

傳說他後來成仙，目前國內所供奉的「保生大帝——孫真人」就是孫思

邈。

丙、阿達仔

住在台中近郊北屯鄉的一位居民，名叫賴林治，由於她先生叫阿俊，所以大家都叫她阿俊嫂。她今年六十四歲，每星期三和星期六都到慈光圖書館去聽李炳南老先生講佛經。她有一個女兒叫阿蘭，十八歲時贅夫，生了一個男孩，名叫阿達仔。十三年前，當阿達仔三歲的時候，有一天在門口遊玩，忽然走來了一隻母豬把阿達仔撞倒，自從那天起他就發高燒，昏迷不醒。醫生診斷的結果說是腦膜炎。吃了許多中西醫藥都無效果，二十一天以後竟然一命嗚呼了。大約在八點鐘氣絕。他家人把阿達仔放在廳中地下，用一條布袋蓋著，死亡診斷書也準備好了，預定明天埋葬。

阿俊嫂眼看孫兒死去，萬分痛心。那天晚上她依然課經誦佛，可是心情卻相當沉重。她一邊哭，一邊向佛菩薩訴說：「阿彌陀佛，觀世音菩薩

啊！您怎麼不保佑我呢？在這一帶，只有我一個人信佛念佛。人家都笑我窮人信什麼佛、念什麼佛？以後一定更加笑我。菩薩啊！您怎麼不保佑我呢？……」說完了，阿俊嫂又大哭了一場。

她想上床睡覺，可是想起一個可愛的孫兒死掉，翻來覆去總是睡不著。大約經過四點多鐘，忽然看見一道金色光明，從虛空中一直射入廳堂，光明燦爛，一剎那間，忽然聽到二十天不會哭泣，手足僵直的阿達仔，大聲哭出來了！阿俊嫂和她女兒阿蘭，趕快去看，只看見阿達仔的雙手已把布袋扯開。她倆驚喜交集地把他抱起來，灌了一點開水，沒想到他會喝開水，真不可思議！隔天早晨，他們就再把阿達仔抱去北屯給醫師診斷。醫師也覺得奇怪：怎麼死了又復生？那醫師要他們趕快到省立醫院，當時阿俊嫂要我幫忙陪去入院。

阿達仔就被送進了台中醫院小兒科病房。但當阿俊嫂看了醫院裏幾十個患腦膜炎的小孩，有的眼斜口歪，有的手腳不會動；模樣奇形怪狀，她

看了心裡很難過。一打聽之下，他們大都入院已達六個月以上，二年以下了，仍然身體殘廢，而醫師診斷阿達仔，至少要住院四個月，能否痊癒還不保險。阿俊嫂對我說：「我家的經濟情況，哪裏可能住上四個月呢？」我就勸她說：「阿俊嫂，妳真是聰明一世，糊塗一時，阿達仔是受妳的福蔭和佛菩薩的加庇，才死而復生，我想一定會痊癒的。只要我們一邊治療，以盡人事；一邊再虔誠地求佛菩薩庇佑，只有聽天命了。」阿俊嫂還是猶疑不決，最後我又勸她暫住兩星期，好了也出院，不好也出院，但是妳必須留在阿達仔身邊念佛，不可間斷，阿俊嫂終於被我說服，辦了住院的手續。

住院治療的經過十分良好，發高燒已經漸漸退了。本來眼睛的黑瞳翻入，眼白向外，看不見東西，也一天天恢復原狀，慢慢地也會說話了，對於親人稱呼也漸漸地清楚了。約一星期，阿俊嫂想要回家，就叫阿蘭來替換看護。沒想到阿俊嫂一走，阿達仔的病又加重起來，嘴裏起了雙舌，又

呈昏迷狀態，還滿嘴流血。醫師就用藥棉塞在上下牙齒中間。阿俊嫂回到家中，她女婿看見就說：「媽媽！您回來做什麼？趕快去！趕快去！」阿俊嫂回到醫院，一見孫兒變症，就急忙坐在他身邊，至誠念佛。奇蹟又再度發生。佛菩薩的聖名真是靈驗無比，念了半點鐘，阿達仔就呼呼入睡，醒過來時，雙舌的毛病已經消失了。真是佛法無邊！阿俊嫂來回僅三個鐘頭，不在身邊念佛，病情就變得惡化，回來一經念佛，便一天一天恢復正常。到了第十三天時，醫師宣告明天可以出院了，大家十分高興。可是到了半夜，阿達仔忽然又再惡化，發最高燒，這一下把阿俊嫂急壞了，她一時沒了主意，便拿十塊錢叫阿蘭到市場去找算命先生給阿達仔排排八字，算他命根該不該絕。阿蘭算命回來說：「阿達仔命中帶麻關，有麻煞，三歲必為出麻疹而死。」當時醫師與護士又出來診察患者，把阿達仔的衣服解開一看，胸部和背部發現無數小紅點，就搖搖頭說：「可惜！可惜！這孩子突然間又出麻疹。在腦膜炎後再出麻疹，很容易引起肺炎。如果這樣，就

真的無法醫治了。」阿俊嫂與阿蘭聽算命先生說會死，醫師又說會死，更是傷心不已。這時反悔不該入院，在兩星期裏用了好幾千元。當時我也在旁邊，就對她們說：「也許阿彌陀佛和觀世音菩薩慈悲，才特別加被，使阿達仔在出院前再出麻疹，在醫院裏救助方便，假若出院以後，再出麻疹就更危險了！或許再一個星期就可以平安出院了，妳要加緊在他身邊念佛，不可間斷，不要灰心！」這時，我也只能這樣安慰她們，其實我比她們更著急呢！

一個星期又過去了，阿達仔經過非常順利的治療，果然平安地渡過了生死難關，可以出院了！但醫院例規患者要出院，必經醫師再看一遍。當醫師來看阿達仔時，口中不斷地說：「奇怪！奇怪！怎麼最嚴重的患者會好得這樣快？」就問阿俊嫂：「您一直在念些什麼？」她說：「念阿彌陀佛。」醫師聽了說：「我母親也是吃長素。她已經吃了二三十年的素，為何不會念阿彌陀佛呢？」可惜阿俊嫂沒話回答他，錯過了一次機會。再說

阿達仔自從出院回家，身體與普通小孩一樣健康，可是常常問祖母：「我這樣小，為什麼會自己吃飯，又會說話走路？」阿俊嫂就把他改名叫做「阿周」。

光陰似箭，轉眼間，阿周已經十七歲了。他平日認真工作，又孝順長輩。現在他是一個知仁識義的好青年了。

最後我們來分析一下：一句佛號竟然勝過了科學，研究了幾十年的醫師們診斷阿達仔要住院四個月，能否痊癒，還不敢確定。而另一位能排八字，陰陽妙算的星相家，批判阿達仔只能活三歲，沒想到會因麻關煞而死的阿達仔，竟被一句阿彌陀佛的聖號而消災解厄，逢凶化吉。但也許有人會懷疑：「念佛就不死嗎？」當然我不敢這樣斷言，因為人生有生必有死。不過佛經上說：「以至誠心念一句阿彌陀佛，能消滅八十億劫的生死重罪。」只要看念佛的人是不是至誠心，假如心不誠懇，念了沒感應，不怨自己又能怨誰？（以上摘自念佛感應見聞錄）

丁、淨空師父

淨空大師，俗姓徐，名業鴻。民國十六年二月十五日生於安徽省的盧江縣。

他畢業於國立三中，是國立三中的高材生。

民國三十八年隨軍來台，四十二年先從方東美先生學習哲學，後來又從章嘉大師學佛，並且聽南亭、印順、演培和李炳南先生講經。民國四十四年起開始研讀大藏經和二十五史。

民國四十八年發大心出家以後，專心致力於講經說法，弘法利生，二十多年來不曾間斷。並且不辭勞苦到國內外各地講經說法。

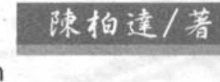
他創辦了「華藏法施會」和「華藏視聽圖書館」，所印贈的佛經善書達六十餘種二十餘萬冊。

他說他年輕時又瘦又乾，曾經有算命先生說他只能活到四十五歲左

右，沒想到他出家學佛和講經說法以後，他的身體竟然發生一百八十度的轉變。現在已經五十四歲，不但身體十分健康，紅光滿面，講話的聲音還非常的宏亮。

第四章　改變命運的原理

改造命運的原理與方法



Changing Destiny Principle & Approach

心命歌

心好命又好，富貴直到老。
命好心不好，福變成禍兆。
心好命不好，禍轉成福報。
心命俱不好，遭殃且貧夭。
心可挽乎命，最好存仁道。
命實造於心，吉凶惟人召。
信命不修心，陰陽恐虛矯。
修心一聽命，天地自相保。

第四章 改變命運的原理

一、吉凶禍福的根源——心念

為什麼會有吉凶禍福的現象呢？原來只要我們一動念，我們的心地中就留下印象（種子）。所以古代人把心稱為「心地」或「心田」，真是太有道理了。

我們每起了一個善念，就會在心地中留下一個好的種子。起了一個惡念會在心地留下壞的種子。起了無善無惡的念頭也會在心中留下不好不壞的種子，將來（可能在今生或來生）遇到適當的因緣，就會開花結果。善的種子結的是快樂和吉祥；惡種子結的果實是苦惱和災禍，不善不惡的種子結的果實是不苦不樂的中性感受。所以六祖壇經上說：「一切福田，都離開不了心地。」（註十二）忠心經上也說：「心念是語言和行為的根本。

心是一切現象的總源頭。有了惡念就會遭受苦報；有了善念，就會遭受樂報。」（註十三）

舉個簡單的譬喻，起了善念就好比在心地上播種好花的種子，動了惡念好比在心地上種毒樹，起了無善無惡的念頭好比在心地種雜草。因為我們一般人在過去世都起了許許多多的善惡念，所以今生有苦樂、凶吉、禍福的現象。

總而言之，善念會產生仁慈的行為，由施捨而使人產生愉快的影響力，這愉快的影響力又產生吉祥和福氣。

惡念產生破壞性的行為，由破壞而使人產生憎恨的影響力，這影響力將來會導致憂苦和凶禍。

無善無惡的念頭會產生雜七雜八的行為，由這雜七雜八的行為產生沒憂沒喜的影響力，造成不苦不樂的感受。

所以華嚴經上說：「你應當觀察世界的種種現象，都是由心念造成

的。」（註十四）

二、心地的清淨與污染

佛經上把一個人的所作所為分為「清淨的造作」（淨業）與「污染的造作」（染業）兩種。

「善念」、「惡念」和「無善無惡的念頭」統統是屬於「污染的造作」。

「心不動念」、「了知境界而不起分別心」（離念靈知）、「行善而不執著善相」才是「清淨的造作」。換句話說，清淨的造作超越了善惡的對待。

這個觀念也許諸君不易明白，讓我舉個簡單的譬喻吧！大家都知道蓮花出淤泥而不染，污泥就是惡業，清水就是善業，蓮花不但不染污泥，也

不染清水。這才是真正的清淨。所以真正的清淨超越染淨的對待。真正的善也超越善惡的對待。這超越對待的善，我們姑且叫它「清淨」。

什麼是超越善惡呢？因為造惡得苦固然不好，造善執著我在行善也有許多煩惱，譬如心中受了「我啦」、「善啦」、「多少功德啦」這些名相的干擾。再者，行善雖然將來有福報，可是當這些福報來的時候，一個人難免被福報「樂」昏了頭，以致於物質享受太過份，起了驕傲心，忘記再繼續種善因，大吃大喝種其他惡業⋯等。人一種了惡業就會墮落，所以佛家把行善求富貴的人形容為「三世怨」。其意義就是：今生行善求富貴，來生有錢沒智慧，有錢沒智就會造惡業，所以到了第三生便又窮苦了。這樣打轉總不是辦法吧！所以佛菩薩告訴我們行善而不希望回報，甚至不執著善的名相和有我在行善。行善不執著我相和善相才有智慧，才有眼光。

總括一句話：「心地清淨才是最大的福氣。行善不執善相才是絕對的淨業，才是超越對待的最大吉祥。」

三、一動念就有果報

不只做壞事情才會產生報應，連一動惡念也會產生惡果。諸君如果不信，我引用兩個故事來說：

㈠賣瓜的故事

從前梁武帝在世時，有一天他看見一樁奇怪的事情。某甲在賣瓜，某乙先來向他買瓜，某甲說不賣。後來某丙來向某甲買瓜。某甲卻很高興地賣給他。梁武帝看見這種情形，他大惑不解，於是就去問誌公禪師。誌公禪師是得道的高僧，有瞭解過去世的神通智慧。誌公禪師告訴梁武帝說：「這賣瓜的某甲很多世以前是死刑犯，當他要被處死刑時，很多人都在圍觀，當時某乙和某丙也在場。某乙心裏認為：『這個傢伙罪有應得，活該！』某丙卻認為這死刑犯很可憐，因此就對他產生同情心。因為這種緣

故，所以某甲今生不把瓜賣給乙，而卻喜歡賣給丙。」

㈡衛仲達的故事

從前有一個人，名叫衛仲達，他在翰林書院裡面當官。有一次被陰司的官派小鬼把他的魂引到陰間來。陰間的官，吩咐手下把他在陽間所做的善事惡事的檔案都送上來。等到冊子送來時，哪裏知道他做惡的檔案堆積如山，而做善的檔案卻只有一小卷而已。

陰司的官吩咐拿秤來，把兩種冊子秤秤看，沒想到那一大堆壞事的檔案反而比這一卷善事的檔案輕。

衛仲達感到大惑不解。他問陰官說：「我年紀還不到四十歲，哪裏會有這麼多過失和罪惡呢？」那官司回答：「只要起一個不正的念頭就是罪惡了，不必等到實際行動產生。譬如看見女色動了壞念頭，就已犯了天庭的法律了。」衛仲達接著又問：「那這一卷善事的檔案裏面是記載哪一件事

呢？」陰官說：「有一次皇帝想在福州府大興土木，叫很多百姓去做苦工。你上書建議皇帝不要這麼做。那一卷檔案就是你的奏章底稿。」接著又說：「你那次建議皇帝並沒有採納，但你這一心念，究竟是為大眾著想，以免老百姓受苦，所以是大善事。如果皇上當時能依照你的建議去做，那善的力量，可比現在大多了。」（見感應篇彙編卷一）

由上面這兩個例子，我們不難知道起心動念的重要性。要念念常行善事，時時為利益眾生著想，我們的福德才能積得廣大。諸君要行住坐臥處處不離善念，請詳閱華嚴經的淨行品！

譬如：當我們睡醒時，應常願一切眾生早日覺悟永恆的真理。當我們下床時，應常願走路不會傷到任何小昆蟲。萬一有小動物無意中被我們踩死了，我們則願牠往生佛菩薩的淨土。當我們步行時，應常願一切眾生都能出離生老病死的苦海。當我們出門時，應常願一切眾生能免於煩惱的逼迫。當我們大小便時，應常願一切眾生都能捨棄貪愛和憎恨。當我們洗

去污穢時，應常願一切眾生身心清淨，沒有瑕疵或污垢。當我們開燈時，願一切眾生都能夠運用智慧的光芒，照破一切幽暗迷惑。當我們就寢時，願一切眾生身體安穩，心不散亂。

古代有一首詩偈描述：動了善惡的念頭，將來遇到適當的機緣一定會產生果報，「假使千百劫，所作業不亡，因緣會遇時，果報還自受。」所以欲知禍福先問自心。

「行藏虛實自家知，　湛湛青天不可欺，
禍福因由更問誰？　未曾動念已先知，
善惡到頭終有報，　勸君莫做虧心事，
只爭來早與來遲。」　古往今來放過誰？」

所以陳希夷的心相篇上說：「相貌是從內心產生的。心裏頭有了善惡厚薄，因此相貌也可以看出吉凶禍福。」（註十五）又說：「心地和念頭是相貌的根源，明白心念，善惡自然可以分辨得清楚。行為是由內心引發的，

仔細觀察一個人的行為，自然就可以知道吉凶禍福。」（註十六）正法念處經第二十卷上說：「心能造作一切善惡業，由於心地的好壞所以能產生各種不同的果報。」（註十七）

四、心念→行為→習慣→性格→命運

就某方面來說，人實在很像電腦。譬如，電腦能貯存一切「資料」，人心能貯藏一切「善惡」種子。

電腦依靠「方程式」來工作。我們則依照「習慣」來產生行為模式。明白這個道理以後，我們的起心動念、語言和行為一定要特別的謹慎。譬如，選購書本要特別慎重，因為一旦看了不好的書，就可能心地中播下不好的種子。看電視也要特別的謹慎，因為假如看了沒意思的連續劇，不但浪費時間和精力而且還會做惡夢。

我們時時觀照自己的心念，嚴防惡念（損人自私的都叫惡念）的產生。因為念頭重覆出現幾次以後就會造成行為，行為重覆出現幾次以後就會產生習慣，習慣以後就會根深蒂固以後就會變成性格，有了什麼樣的性格就會造成什麼樣的命運。

所以經上說：「心地不清淨，不明了。」（惑）就會「造作的善惡力的行為」（業）。善惡的行為發出影響力就會產生苦樂和凶吉的結果（果）。所以業報差別經上說：「一切眾生都被業力牽引著走，隨著自己所造的善業惡業而轉動，因為這種緣故，所以有上中下的種種差別。」（註十八）地藏菩薩本願功德經的第二卷也說：「大家千萬不可輕視任何一件微小的惡業，以為做一點壞事不會受罪報。再小的罪，死後不但都有報應，而且絲毫不能倖免，也無法由別人代受果報。」（註十九）

「心命歌」講得非常好：

「心好命又好，富貴直到老。

命好心不好，福變成禍兆。
心好命不好，禍轉成福報。
心命俱不好，遭殃且貧夭。
心可挽乎命，最好存仁道。
命實造於心，吉凶惟人召。
信命不修心，陰陽恐虛矯。
修心一聽命，天地自相保。」

五、惜福才不會折福

現在的物質文明很發達，很多人都沉迷在物質的享受裏，生活越來越奢侈浪費，這並不是一個好現象。

諸君必須明白我們今天所享用的東西，無一不是前生種福所感的果

報。過分享福和盡情享樂的後果是可怕的。所以古代有一首詩告訴我們在富足時常要為貧困設想：

「處世持家年復年，
總須慮後更思前。
有錢常想無錢日，
莫待無錢想有錢。」

宋代的高僧法演禪師說得好：「福不可以享受到盡頭，假如福享受盡了，幸福和快樂的泉源就會枯竭！」所以，要好好愛惜我們的福，絕不暴殄天物或丟棄任何能用的東西。例如：我們絕不剩過多的飯菜。每餐都不可在碗裡留下飯粒。吃剩下的飯菜寧可留到下一餐食用，千萬不可吃得過飽。吃得過飽和丟棄食物都是折福。吃得過飽不但傷胃，而且損壽致病。人的胃像氣球一樣，氣球的氣打得飽飽的，經過一段時間後，把氣放掉，那氣球的彈性就會喪失了。同樣的道理，經常吃得過飽的人胃一定很差，

他的消化能力一定不好。況且吃得過飽或者在肚子還沒餓以前就吃東西，他一定無法感受食物的美味。

不但飲食方面要惜福，其他日常衣著和用具也都要惜福。不要看到東西就想買。因為如果買的東西不實用，再便宜也是一種浪費。買東西也不是便宜就好，要考慮到東西的價錢和品質耐用是否恰當。

同時要敬惜字紙，不要隨便或丟棄字紙。關於愛惜字紙的因果。請詳閱惜字徵驗錄。

總而言之，要時時養成敬事惜物的心。下面是一個惜福的感人故事：

有一位日本青年，名叫中島光藏，他為了學習雕刻佛像，就去拜訪日本優秀的雕刻家高村東雲，想拜高村東雲為師。高村東雲只教他到井邊學習汲水，並沒有對他說什麼話。

但他看到了中島光藏的汲水動作以後，就破口大罵，叫中島光藏回去，不要學雕刻了。其餘的弟子看到中島光藏那副可憐的樣子，就留他住

宿一夜。半夜時，中島光藏被人叫醒，帶去見高村東雲，高村東雲溫和地對他說：

「白天我大聲罵你，你大概不知道我罵你的原因吧，現在我解釋給你聽。佛像是神聖的東西，因此雕刻佛像的人絕對不能沒有一顆虔誠高尚的心。雖然水不怎麼值錢，可是你卻不能隨便加以浪費。我看你汲水的時候，水潑到地上，你都毫不在意。一個把東西糟蹋而不知反省的人，怎能刻佛像呢？」

聽完了這一番話，中島光藏深受感動，痛改前非。高村東雲看他還是可造就之才，乃准許他投入門下。後來中島光藏也成為有名的雕刻家，大家都叫他「高村光雲」，他與師父只差一個字而已。（見英凱譯禪語百選）

諸君假如想明白惜福和奢侈的感應故事，請參閱崇儉篇。

六、施比受更有福——春種一粒粟，秋收萬顆子

施捨就像把錢存入銀行，接受別人的施捨就像領取存款，享受福報就像把領出來的錢花費掉，所以施捨越多的人他的福報就越大。常接受別人的施捨就是在消福。所以聰明的人喜歡施捨，而不隨便接受別人的施捨。當他接受別人的施捨時，他是為了廣結善緣，而且會很快地把所接受的財物又轉施出去。

真正會施捨的人不會愛好名利，而且不貪求福報。因為如果為了求功德而行善，為了福報而施捨，那麼他施捨的善行將是虛偽而且有煩惱的。行善希望果報和名利，只不過是利己主義為求其私心之滿足所做的表現而已。所以我們施捨行善時，要把積功德的念頭和貪求名利果報的意識一併摒棄，這才是真正的大施捨。這種無心的善行才是最自然、最高尚的。

由此我們可以知道：施捨不為人知，才是真正的善行。只施捨了財

物，而不能捨棄了名利果報，並不是完全的施捨。所以說：心地清淨才是真正的施捨，心地清淨才是最大的福氣。

關於接受別人的施捨，古代有一副很深的對聯：「三心未了水難消，一念不生金易化。」這意思就是說：有了貪心、憎恨心和愚痴心的人，縱使別人只給你一杯白開水，你把白開水喝下去也是很難消化的。假如你心地清淨，沒有絲毫的妄念，縱使別人給你貴重的金子，你也是很容易消受的。

又有一首類似的詩偈：「施主一粒米，大如須彌山，今生不了道，披毛戴角還。」這首詩告訴我們：假如我們的智慧和德行不好，隨便接受了別人的一種施捨，來生縱使自己變成了畜牲，還是要償還的。

勤積陰德比享受福報好多了。所以先聖先賢都教導我們要努力行善助人。例如：印送經書、修建寺院、造橋鋪路、救災濟貧、待人寬厚、矜孤恤寡、敬老尊賢、見寒施衣、見饑施食、見病苦施捨藥材、施茶水以解除

行人的口渴和煩熱、施棺槨以免屍骸暴露、點夜燈以便行路、造船筏以渡人過河……凡是有益大眾的福利事業更應盡心盡力去做。（詳見陰騭文和感應篇）

有錢而不知行善積德的人最笨也最可憐了。因為一個人有錢而吝嗇施捨，就會把錢花在物質享受方面，天天大吃大喝，自己造了許多惡業卻還不曉得。將來可就慘了，這種人一定會生出不肖的子孫來。因此「積福歌」再三叮嚀我們不要成為錢財的奴隸，而且要修福重於享福：

「榮辱紛紛滿眼前，不如安分且隨緣。
身貧少慮為清福，名重山丘長業冤。
淡飯盡堪充一飽，錦衣那得幾千年。
世間最大惟生死，白玉黃金盡枉然。」

積福歌

嘆人只知今世財，
那知財是前生福。
我今說與積福人，
勸世重財先重福。

* * *

有福自有財，無福空勞碌。
若有一分財，定有一分福。
德厚福自綿，福厚財自裕。
何故奢靡人，乃以積福資，任意恣淫慾？
何故驕縱人，反以積福資，倚勢欺窮獨？
何故痴迷人，聚有積福資，貪得無饜足？

何故慳吝人，枉有積福資，捨財如割肉？
不肯種福田，願做兒孫犢。
留了難帶財，撇了易帶福。
臨時空手去，徒向閻君哭。
我為世人悲，叮嚀還再囑；
莫為兒孫計，自有兒孫福。
不如看破財，及早修些福。

七、普通人怕受苦果，聰明人怕種苦因 ——隨緣消舊業，更莫造新殃

一般人遇到倒霉的事情，就想逃避它。可是聰明的人卻研究這事情發生的原因，從這原因上根本解決。

害怕受苦和逃避倒霉的事情是人之常情，可是害怕受苦和逃避受苦並不能解決問題，因為一切苦果都是由過去惡業來的。惡業不除，苦果就會接二連三地發生，逃也逃不了。所以光明童子因緣經第四卷上說：「善惡業經過很長的一段時間，仍然不會消失，遇到適當的時機和因緣，一定會結果的。」（註二十）大乘造像功德經的第二卷也說：「善惡業的報應可能在今生，也可能在下一生，要不然可能就在下兩生以後才報應。」（註廿一）

造了惡業好比欠別人債，逃避苦果好比逃避債主，忍受痛苦好比償還債務。你雖然可能逃得了一時，可是債主還是會不斷找你要債。所以最根本的解決辦法就是勇敢地把債務還清，以後不再欠債。這就是古人所說的：「隨緣消舊業，更莫造新殃！」

假如我們把這個道理想開了，當我們遭到倒霉的事情，我們便會懺悔過去所造的惡業，而不再怨天尤人。而且遇到了苦果；我們會很快樂地接

受它。因為只有當我們忍受苦痛時，痛苦才會消失了。你想一想：接受苦果不是像了清債務那麼地令人輕鬆愉快嗎？

八、凶吉禍福的原因

㈠十來偈

佛經上有一首偈描述人們今生十種現象的由來，這首偈叫做「十來偈」：

1. 端正者忍辱中來。
2. 貧窮者慳貪中來。
3. 高位者恭敬中來。
4. 下賤者驕慢中來。
5. 瘖啞者誹謗中來。

6. 盲聾者不信中來。
7. 長壽者慈悲中來。
8. 短命者殺生中來。
9. 諸根不具者破戒中來。
10. 諸根具足者持戒中來。（詳見罪福報應經）

△儒家的「五德」（仁義禮智信）有些類似佛家的「五戒」（不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒），所以不行仁義禮智信，就是破戒。

㈡短命的十種原因

1. 自己親身殺害動物。
2. 勸別人殺害動物。
3. 稱讚別人殺害動物的技巧高明。

4. 看見別人殺害動物心裏高興。
5. 希望我們所怨恨的人早日死亡。
6. 看見所怨恨的人死了以後，心生歡喜。
7. 破壞動物的窩穴。
8. 教導別人破壞動物的窩穴。
9. 捐錢建立神廟，然後殺害動物去祭祀。
10. 愛好鬥爭，並且教別人互相殘殺。

(三)長壽的十種原因

1. 自己不殺害任何動物。
2. 勸導別人不要殺害動物。
3. 看見不殺害動物的人，加以稱讚。（讚揚不殺生的好處）
4. 看見別人不殺害動物，心生歡喜。

5.看見別人殺害的動物，設法加以救濟或赦免。
6.看見他人害怕死亡，加以安慰，使他身心平安。
7.看見別人心裏有恐懼，設法使他不再恐懼。
8.看見別人或動物有病痛，產生同情心。
9.看見別人遇到急難，就想加以幫忙。
10.施捨食物給其他衆生。
⌂我們把小動物關在籠子裏，以食物餵牠，來生雖然可能使壽命長一點，但是來生也會因爲束縛動物而自己不得自由。這實在不划算！你可以把食物放在室外，讓小鳥自己來吃，不要把小鳥關在籠子裏餵牠。不要用繩子去綁動物的脖子或四肢；請諸君要明白這個道理啊！

㈣多病的十種原因

1. 喜歡打人、虐待動物。

△當老師或爲人父母的人，如果爲了學生或兒女變好，本著愛心去懲罰學生或子女，不但無過，反而有功，但如以憤怒心打學生則來生多病。

2. 勸別人虐待動物、打動物。

3. 看見別人虐待動物加以稱讚。

4. 看見別人打罵動物心生歡喜。

5. 惱亂父母，使父母心裏憂愁。

6. 擾亂聖人或賢人。

7. 看見所怨恨的人生病，心裏高興。

8. 看見仇人病痛好了，心裏很不高興。

9. 所怨恨的人生了重病，你卻送他假藥或與治病不相干的藥。

10. 上次所吃的食物還沒消化，就又再吃。

◆今生身上長惡瘡，乃是因爲前世鞭打衆生。
◆今生膽子太小，乃是因爲前生常以恐懼的東西嚇人。
◆今生常入冤獄，乃是因爲前生把動物關在籠子裏。

㈤少病的十種原因

1. 不打別人，不虐待動物。
2. 勸別人不要打人或虐待動物。
3. 看見別人不打人、不虐待動物，就加以稱讚。（讚揚不打人、不虐待動物的好處）
4. 看見別人或動物不相毆打，心生歡喜。
5. 侍奉父母和病人。
6. 知道病人有病痛，勤加服侍照料。
7. 見仇人病痛解除，心生歡喜。

8.佈施良藥給生病的衆生，並且勸別人也佈施良藥。
9.對於生病和痛苦的人，起憐憫心。
10.節制飲食，不吃得過飽。

㈥醜陋的十種原因

1.容易憤怒，喜歡生氣。
2.常懷嫌惡與憎恨心。
3.欺誑別人。
4.擾亂衆生，使衆生心生煩惱。
5.不敬愛父母兄長。
6.不恭敬聖賢。
7.侵奪聖賢維生的東西和田地。
8.把佛塔、佛寺裏的明燈弄滅。

9. 看見醜陋的人，加以輕視、挖苦或譏笑。
10. 習慣幹損人利己的事情。

(七)端正的十種原因

1. 不生氣、不憤怒。
2. 施捨衣物給別人。
3. 敬愛父母尊長。
4. 尊重有道德、有智慧的人。
5. 常粉刷裝飾寺廟佛塔。
6. 用清淨的泥土或塗料粉刷房屋堂宇。
7. 把寺院附近難走的路弄平。
8. 灑掃佛塔。
9. 恭敬醜陋的人，不加以輕視或譏笑。

10.看見相貌端正的人，知道是前世修福德所導致的結果。

(八)人緣差（威望小）的十種原因

1. 對於衆生起嫉妒心。
2. 看見別人獲得好處，心生惱熱。
3. 看見別人失去利益，心生慶幸。
4. 看見別人有好的名譽，起嫉妒和厭惡心。
5. 看見別人名譽減損，心生歡喜。
6. 退失道心，毀滅佛像。
7. 對於父母和聖賢，不盡心奉侍。
8. 勸別人做不得人緣的事情。
9. 阻礙別人修行廣得善緣的事情。
10. 輕視或譏笑人緣不好或威望較差的人。

㈨人緣好（威望大）的十種原因

1. 不嫉妒別人。
2. 看見別人得到好處，心生歡喜。
3. 看見別人失去利益，起憐憫心。
4. 看見別人有好的名譽，心裏高興。
5. 看見別人名譽減損，心裏難過，並且想幫助他。
6. 發大道心，造佛形像，奉施寶蓋。
7. 盡心恭敬奉侍父母和聖賢。
8. 勸別人做廣得善緣的事情。
9. 勸別人修行廣得善緣的事情。
10. 看見人緣差的，不加以輕視或譏笑。

⌂看見別人心生歡喜，則來世別人也會喜歡看見你！

㈩出生卑賤的十種原因

1. 不知恭敬父親。
2. 不知恭敬母親。
3. 不知恭敬出家學佛的人。
4. 不知恭敬修行清淨的人。
5. 不恭敬老師、朋友或尊長。
6. 不盡心奉請、迎接、供養師長。
7. 看見師長來，不起立恭迎，請他坐上座。
8. 不遵行父母的教誨。
9. 不接受聖賢的教誨。
10. 輕視或譏笑出生卑賤的人。

△今生常被驅使勞役，乃是前生負債不還。（安士全書）

(十一)出生高尚的十種原因

1. 恭敬父親。
2. 恭敬母親。
3. 恭敬出家學佛的人。
4. 恭敬修行清淨的人。
5. 恭敬愛護長輩。
6. 侍奉迎請師長。
7. 見到尊長來，起立恭迎，請他坐上座。
8. 恭敬地接受父母的教誨。
9. 尊敬聖賢，並接受他人的教誨。
10. 不輕視或嘲笑出生卑賤的人。

(十二)貧苦的十種原因

1. 親自竊盜他人財物。
2. 教別人偷盜。
3. 看見別人偷盜，加以稱讚。
4. 看見別人偷盜，心生歡喜。
5. 侵犯或剝奪聖賢維生的物品。
6. 減少或撤走父母的維生物品。
7. 看見別人得到利益，心裏不高興。
8. 阻礙別人得到利益，或加以留難。
9. 看見別人施捨，不產生隨喜心。
10. 看見饑荒，不產生憐憫心，反而幸災樂禍。

⌂遇見能源危機，不生憐憫心，而認為對自己行業有益，也是過失。

⌂天道循環最為眞，誰人常富更常貧。今朝受餓呑飢者，半是當年

慳吝人。

㈢富足的十種原因

1.自己不偷盜別人的財物。

（別人沒有允許，就取走別人的一針一線，就是偷盜。）

2.勸別人不要偷盜。

3.稱讚不偷盜的好處。

4.看見別人不偷盜，心生歡喜。

5.盡心侍奉父母，不使所用匱乏。

6.供給聖賢或尊長，一切所需物品。

7.看見別人得到利益，心裏高興。

8.看見別人追求利益，設法幫助他達到目標。

9.看見愛好施捨的人，心生歡喜。

10.遇見飢荒，心裏產生憐憫心，並且設法救濟。（在電影或電視看見飢荒，也應生憐憫心，否則有微小的過失和煩惱。）

㈣見解不正確的十種原因（沒智慧的十種原因）

1.不請教有智慧、有道德的人。
2.闡揚妨害別人或其他動物的理論或方法。
3.不能接受或奉行眞理和善法。
4.稱讚不一定的事物以爲一定。
5.吝嗇說法或教導別人。
6.親近不信三世因果的知識份子。
7.遠離正信的佛教徒。
8.稱讚邪知邪見的行爲。

9. 捨棄正確的智慧和見解。
10. 輕視或譏笑愚痴和邪惡的人。

㈤見解正確的十種原因

1. 請教有智慧、有道德的人。
2. 闡揚行善的方法與好處。
3. 聽聞、修持、弘揚、維護正確的教法。
4. 稱讚亙古不變的眞理。
5. 樂於演說眞理的要點和修行的方法。
6. 親近眞正有智慧、相信三世因果的人。
7. 遵守護持正確的佛教。
8. 精勤用功，博學多聞。
9. 遠離愚痴和邪惡的人。

△初學的人近朱者赤，近墨者黑。成就的人才可以出污泥而不染。

10.不輕視、譏笑愚痴邪惡的人。

㈩地獄的十種原因

1.做最惡毒的行爲。

2.講最惡毒的言語。

3.起最惡毒的心念。

4.認爲人死如燈滅，沒有善惡輪迴和因果業報，它不過是勸人爲善所編出來的謊言罷了。

5.認爲人死後還是出生爲人，畜牲還是爲畜，做好做壞還不是一樣。

6.認爲今生受苦和享福完全出於自然或神的安排，並非由於過去世的善惡業。

7. 否定「行善得樂，爲惡得苦」的因果律，胡作非爲。
8. 凡是自己知識所不能知道的都不相信。
9. 執著世間或衆生是有始或有終、是常或無常，是有邊或沒有邊等偏見。
10. 不知報恩。

㈦畜牲的十種原因

1. 做中等惡毒的行爲。
2. 講中等惡毒的言語。
3. 起中等惡毒的意念。
4. 因貪心而做出罪惡的事情。
5. 因憎恨而做出邪惡的事情。
6. 因愚痴而做出罪惡的事情。

7. 譭罵衆生。
8. 惱害衆生。
9. 施捨不清淨的東西。
10. 邪淫：淫人妻女、同性戀、手淫、非時非處與己妻行淫。

㈥餓鬼的十種原因

1. 做輕等的惡行。
2. 說輕等的惡語。
3. 起輕等的惡念。
4. 無理和過分貪求財物享受。
5. 因貪與人發生口角、打鬥、訴訟。
6. 嫉妒。
7. 誹謗三世因果。

8.貪愛金錢、洋房、轎車等財物。
9.有病在身，又因飢餓而死。
10.熱死和渴死。

㈩阿修羅的十種原因

△阿修羅，是梵語，翻譯成中文的意思，就是「無端」或「容貌醜陋」。他住在天上、海中或山上。性情傲慢，脾氣暴躁，好打鬥爭勝。

1.做微惡的行爲。
2.說微惡的語言。
3.起微惡的意念。
4.驕慢——仗恃自己的才能、學問、財富等比別人強，而生驕傲。
5.我慢——執著身體、感受、妄念是我而生驕傲。
6.增上慢——還沒有神通智慧，說自己已經有了。還沒有斷煩惱說自

己已經斷了。

7. 大慢——對於學問才能和我差不多的人，我卻以爲我比他強得多。（自高自大）

8. 邪慢——做了壞事，依恃惡勢力，欺壓他人。

9. 慢慢——某人比自己高明，卻反說自己比某人高明。

10. 把所修行的善，迴向阿修羅，希望自己死後成阿修羅。

㈩人的五種原因

1. 不殺害動物。
2. 不偷盜。
3. 不邪淫。
4. 不妄語。
5. 不飲酒。

㈡天的十種原因

1. 更嚴格地奉行不殺生。
2. 更嚴格地奉行不偷盜。
3. 更嚴格地奉行不邪淫。
4. 更嚴格地奉行不妄語。
5. 不綺語（不講華麗而沒有意義的話）。
6. 不兩舌（不挑撥離間）。
7. 不惡口（不講粗魯的話）。
8. 不貪取。
9. 不憎恨。
10. 不邪見（深信三世因果）。

⌂修十善可以生「欲界天」（有男女慾望的神仙界）。如果修行著相的十善，再加上修行禪定，則可以往生「色界天」（慾望更少

但仍有形體的神仙界）。修「四空定」（定處定、識處定、無所有處定和非想非非想定）則可升「無色界天」（沒有形體的神仙界）。神仙的智慧雖比人高，但仍都有煩惱。修行執我相的善，最多只能往生天上。如果想要超越天界，進入沒有煩惱的完美境界，則必須修「淨業」——行善不可執著我相和善相。

九、惡可致凶

《華嚴經》的十地和中記載：一切惡以十惡為根本，造了十惡，來世不但會墜入地獄、畜牲、餓鬼等三惡道，而且萬一再投生到人間，還會產生兩種可怕的報應：

1. 殺生：①短命②多病

2. 偷盜：①貧窮 ②和別人共用財物，使用財物不能自由自在

3.邪淫：①妻子不忠貞不善良 ②得不如意的眷屬（親人常和你作對）
4.妄語：①常被人誹謗 ②常被人欺騙
5.綺語：①講話沒人接受 ②說話不清楚
6.兩舌：①親朋好友背離 ②家人親族惡弊
7.惡口：①常聽到不好聽的聲音 ②常發生訴訟爭論
8.貪愛：①心不知足 ②所求匱乏（或多慾無厭）
9.憎恨：①常被人苛責缺點、談論是非 ②常被別人煩惱或傷害
10.愚痴：①生在沒有智慧的家庭 ②心地諂曲而不光明磊落

《業報差別經》上也敘述了眾生的十惡業能產生如下的凶報：

1.殺生：能使大地鹹鹵，藥草無力。
2.偷盜：能感現霜雹、蝗蟲等現象，使世界鬧飢荒。

3. 邪淫：能感現惡風大雨，以及各種塵埃。
4. 妄語：能使許多事物變得臭穢。
5. 兩舌：能使大地感現高低不平。
6. 惡口：能造成瓦石沙礫，粗糙難看的東西。
7. 綺語：使草木稠密，枝條長棘。
8. 貪愛：使農作物的果實又細又小。
9. 憎恨：能使一切樹木的果實又苦又澀。
10. 愚痴或邪見：使一切農作物不會開花結果，收穫量很微小。

《地藏經》中的「閻浮眾生業感品」也舉了一些做惡會得凶報的例子：

◆殺生：遭殃短命。
◆偷盜：貧窮、受苦。
◆邪淫：來生變雀鴿鴛鴦等禽獸。

◆惡口：家庭不和，時常和親屬爭吵。
◆誹謗：口才不好，嘴裏長惡瘡。
◆憎恨：醜陋殘廢。
◆慳吝：所求的東西無法得到。
◆飲食無度：來生飢渴，而且咽喉出毛病。
◆愛好打獵：因受驚瘋狂而喪失生命。
◆悖逆父母：遭到天災地變。
◆焚燒山林：瘋狂迷惑而慘死。
◆虐待子女：來生常受鞭撻。
◆網捕鳥獸：來生骨肉分離。
△釣魚、網魚的人來生也會遭到父母兄弟妻子離散的報應。
◆貢高我慢：出生卑賤，受人驅使。
◆無端毀壞財物或暴殄天物：所求的東西缺乏，不能如意。

◆不信三世因果等邪見：誕生在文化邊落（沒有佛法）的偏僻地區。

陳希夷心相篇說：

◆性情偏激的人：恐遭奇禍。

◆言多反覆：沒有好友可以依靠。

◆轉眼無情：貧苦、寒酸、夭折。

◆輕口出違言：壽命短折。

◆忘恩而思小怨：科第難成。

◆偷斤減兩：子孫很難成大人。

◆利己損人：兒孫多悖逆。

◆使別人難堪：意外喪身，又害了子女。

◆說話尖酸刻薄：既貧窮又損壽。

◆小有富貴則生傲慢：準有刑災。

◆假公濟私：縱使有榮華富貴，兒孫也沒辦法享用。

◆有才能而吝嗇教導別人：自己沒有成就，子女也一無所成。
◆妒忌別人，爭勝圖利：到頭來還是輸人一等。
◆樂極生悲：一生辛苦。
◆怒時反笑：到了老年，還是老奸巨滑。
◆愛好稱讚自己的長處：功名很難有所成就。
◆喜歡談論別人的缺點：身心性命容易受傷害。
◆責備別人重而責備自己輕：別人不與他共謀同事。
◆愛好跟別人競爭：前程有限。
◆喜怒不擇輕重：一事無成。
◆笑罵不分是非：知交斷絕。
◆少年飛揚浮動：壽命難長。
◆剛愎自用、行險僥倖：走投無路。
◆出薄言、做薄事、存薄心：短折亡身。

◆多陰毒、積陰私、有陰行：凶災惡死。
◆色慾空虛：暴疾而沒。
◆肥甘凝膩：毒瘡而終。
◆性情孤潔：老後無嗣。
◆心地欺瞞：盛年喪子。
◆暗裏傷人：無子。
◆苛剝民財：多遭火盜。

十、凶吉的變化

㈠有福而不能享

有的富人有錢財卻不能享受到快樂，終日為財物憂愁。這是因為他前世施捨時不能發自誠心、歡喜心。或者因為別人勸他施捨，他才勉強施

捨。或者因為施捨之後，又生後悔心。（見彌勒菩薩所問經）

㈡能享而沒主權——能受用財物，可是又苦無主權

有的人沒錢、房子，可是他有公家宿舍房子可以住。他雖然沒所有權，可是他照常可以享用，這是因為前世時他只知勸別人施捨財物，可是他自己卻不能施捨。或者因為他看到別人布施時，只加以歡喜讚嘆，但自己不布施。

㈢勞苦才致富

有的人要很辛苦地工作才能致富，這是因為他前世布施時，讓受施的人千辛萬苦才得到施物。譬如：他救濟窮人，讓窮人跑了老遠的路途，辦了許多麻煩的手續，又等候了很久，才領到錢。

㈣輕鬆就得富

有的人命很好，財富得來全不費工夫。譬如，做生意很輕鬆就可以賺

到錢，別人把遺產捐贈給他。這是因為他前世布施時，讓受施者很輕鬆而不費力的情況下得到施物。譬如，他親自送財物到高山上的孤兒院，使孤兒們很愉快地獲得那物品。

㈤先富而後貧

有的人起先富有後貧窮。這是因為他前世聽了別人的勸告才布施，可是因為不明白施捨的意義，布施以後心裏後悔，變成吝嗇。（見業報差別經）

㈥先貧而後富

有些人起初貧窮，後來越來越富有。這是因為他前世本來不喜歡施捨，因為別人的勸告他才施捨，可是布施以後他心裏很高興，慢慢也喜歡施捨財物了。

㈦貧而能施

有些人雖貧窮可是喜歡布施，這是他前世雖然施捨，但沒有施給有智慧、有道德的人，所以產生的福報很少，稍微享用一下，福報就完了，所以今生才會貧窮，但因為過去習慣布施，所以今生雖然貧窮但仍喜歡施捨。

㈧富而不施

有些人今生很富有，可是他卻很吝嗇，這是什麼緣故呢？因為他過去世本來就不曾布施，偶而遇到一兩位良師益友的勸導，他暫時布施了這麼一次，而且還布施給智德兼備的人。雖然只布施了這麼一次，可是因為福田好，所以福報多，所以今生大富大貴，可是因為他過去世就不習慣布施，所以今生仍吝嗇成性，不喜歡布施。

(九)決定福報的因素——決定福報的三大要素

施捨必然可以產生福報，可是福報的大小不是我們想要多少就有多少的。它受到下列三個要素的影響：

1. 施捨的東西——東西越難得越貴重，所產生的福越大。

◆施捨可分爲施捨財物、施捨眞理和解除恐懼煩惱等三種。其中以傳播眞理的福最大。

◆布施金錢財物來生可以得富貴。

◆傳播眞理來生可以得智慧。

◆解除衆生的困難恐懼、憂慮、緊張和煩惱，使他們得到平安和快樂，例如陪膽小的人走黑路，來生可以得到健康。

◆釣魚桿、農藥、殺蟲劑、刀槍、不清淨的東西或食物……不可以布施。（施則無功而有罪。）

2. 施捨時的心地—心地越清淨則福大。布施希望回報則得福少。爲

了名利而施捨則福報少。布施時爲人所知（陽德）得福小。布施時不爲果報則福報大。

3. 接受施捨的對象—對方的智慧、品德越好，則施捨的福報就越大。布施聖賢一錢，勝過布施凡夫千萬錢。所以佛經上把產生福報的人，叫做「福田」（意即能產生福報的田地）。

阿毘曇甘露味經上說：布施畜牲可受百世報，布施不善人受千世報，布施善人受萬世報，布施離惡欲的凡夫可以得千萬世報，布施得道的人可以得無數世報，布施佛則將來一定會成就無上智慧。

⌂好的福田通常有三種：

①恩田（對我們有恩的人，如父母師長）。

②悲田（使我們產生憐憫心的人，如飢渴、窮人、病困的人。）救人危急，功德很大。

③敬田（有智慧、有道德的聖賢，如得道的高僧等）。

△福報就是「財物」、「心地」和「對象」這三者的乘積。一般人施捨講究「財物」和「對象」，菩薩的施捨則不分對象，而特別講究「清淨心」、「平等心」。因爲心不平等、不清淨就有煩惱。而且這三個因素中，心是我們可以做主的，只要心地無限清淨，福報就無量無邊了。

而且在心地上下功夫對我們利益最大。「財物」和「對象」這兩個因素都是在身外，所以常不能自由發揮，譬如：我們的財物是有限的，施捨的對象也很難隨心所欲。所以大智度論上說：「大福從心生，不在田也。」

經典上曾記載：有一次，舍利弗以一缽飯供養佛，佛立即以那缽飯布施給狗吃，而且問舍利弗說：「你布施飯給我，和我以飯布施狗，哪一個人得到的福多？」舍利弗說：「佛布施飯給狗的福報多，因為佛的心清淨無比。」

㈩施多福少

布施時心不恭敬，沒有歡喜心，沒有至誠心或者布施時心生傲慢……則布施的東西再多，所得到的福報仍然很少。

布施的對象（福田）沒有智慧也沒有道德，則布施的福報少。譬如把種子播在不肥沃而且又硬的沙土上，播的種子再多，所收穫的種子一定很少。（見菩薩本行經）

㈪施少福多

以歡喜心、恭敬心、清淨心布施，而且布施給佛菩薩聖賢等最好的福田，布施的財物雖然少，所得的福報多得不可計數。譬如：在土壤肥沃的土地裏，種的種子雖然少，可是所收穫的果實卻很豐碩。

所以法苑珠林上記載：八十億耳（人名）過去曾用一朵花供養佛塔，因此在天人間和天上快樂了九十一劫，剩下的福德使他今生成就聖果。

（法苑珠林第二十一卷）

㈩同憂異果

從前有兩個人，一個很富有，一個很貧窮。有一天兩人遇到乞丐，他們都感到很憂愁。那個窮人擔心自己沒有錢，不能施捨。那個富人擔心乞丐要錢，他的錢財會減少。那個有錢人死後做餓鬼，而那窮人死後卻升天，這是因為吝嗇和慈悲心的不同。憂愁雖然相同，可是受報卻完全不同啊！

㈪異壽同果

人壽百歲時受持五戒十善終其身，與人壽十歲時受持五戒十善終其身，所得到的福報，等無有異。

壽命一百歲的人行善五十年，與壽命五十歲的人行善廿五年所得的功

德福報沒有兩樣。

㈣為惡善終

有些人一生為非作歹，可是卻沒有橫死。這就是因為他今生種的惡果還沒有成熟以前，前生的善果先成熟了。譬如說：從前有一個人七輩子都以殺羊為職業，而臨終不墜三惡道（地獄、畜牲、餓鬼）。但是到了第八輩子便墜三惡道，而且先前所造的殺業都一一償還果應了。（見大藏一覽）

所以說：「善有善報，惡有惡報，
並非無報，時機未到。」

㈤為善惡終

有少數人一生行善，臨終卻不得「好死」。這是因為他今生的善果還沒有成熟，可是他前世的惡果已經先成熟了。

然而，也有一些普通人以為是「惡終」，其實不是惡終的。例如：《譬喻經》上記載：有一個牧羊的小孩採花要供養佛，可是走到半路卻被牛觸死了，但是他的神識（一般人叫「靈魂」）卻昇天了。《經律異相》這一部書也記載：有一隻猴子看見一個得道的高僧，心裏很高興，他開玩笑地披著袈裟，沒想到失足墜地而死，牠的神識也昇天。總而言之，因為行善而死的人，來世沒有不得善報的。只是我們凡夫的肉眼一時認識不清楚而已。（見陰騭文廣義節錄卷上）

諸君一定要有「種豆得豆，種瓜得瓜」的信心，做好事千萬不可因為發生挫折或倒霉的事而退失善心！我們必須要明白眼前的凶禍都是過去世的惡業造成的，只要我們對眼前不如意的事情稍加忍耐，而且更努力行善，吉祥的結果和機運遲早一定會來臨。況且，倒霉的事情表面上看起來很像是凶是禍，其實是大吉大福。下面我舉個例子來說明：

明朝時揚州有一位開雜貨店發財的富翁，他有一個兒子，兩個孫子，

生活相當富裕。

後來他病倒了。臨終時，拿出一桿秤子，並且吩咐他的兒子說：「這是我賺錢的絕招！這一桿秤子裏面是中空的，而且還灌有水銀，所以我在買賣上佔了不少便宜，今天才能擁有這麼多財富。你可要善加利用這秤子啊！」

他兒子聽了，心中暗暗驚訝，沒想到自己的父親竟然做出這麼不道德的事。可是父親正病重，只好唯唯隨順，不便說明。

他父親死了以後，他就將秤子燒掉了，並且努力行善，救濟貧困，以彌補他父親的罪過。

他這樣真誠為善，不到三年，家產已經耗費了一大半，但對他來說，那倒是心甘情願的。可是沒料到他的兩個愛子相繼夭折，使他傷心之餘，常怨嘆老天無眼，行善不得好報。

有一天晚上，他夢到一個地方，形狀很像宮殿，見到一位官吏，坐在

殿上，當面告訴他：「你父親能致富，是他前世施捨財物的結果。財富是命中應有的，其實並不必靠那水銀秤；可是他心術不正，運用這種卑劣的手段，加了一身的罪業，至死不悟，自受苦報，這正是他的迷痴。那時天帝知他用心貪惡，所以遣下破耗兩星，投做你的兒子，以敗毀你的家業。家敗之後，還要加以火燒，而你呢？也會受到你父親的餘殃，非但衣食不足而且短命。你父親以為有這麼多的家產遺留給子孫，一定可以世代享受；可是他那裏知道：兒子不能長壽，孫子是來敗家的呢？現在幸虧你存心善良，三年真誠為善，為父親懺悔罪業，這是很難得的，所以天帝特別命令所司收回這兩個敗家子，不久將另降賢子，以光耀你的後代，並增長你的壽命。你應該繼續修善，不要埋怨天道不公平。」

他醒之後，恍然大悟，行善更勤，後來果然連生了兩個兒子，都中了進士。（摘自第一九一期慧炬）

上面這個故事使我們聯想到印光大師全集的一段話，他說：

「一個人生兒子大概有四種原因：一種是報恩，一種是報怨，一種是還債，一種是討債。報恩是：因為他父母對於兒子，過去世有恩惠，為了報恩，就來做他們的兒子。所以服勞奉養，生事死葬都稱父母的心意。世上的孝子賢孫，都是屬於這一類的。報怨是：因為父母對於兒女過去世有虧損的地方，為了報怨，就來做他們的兒子。所以怨恨較小的，就忤逆父母；大的甚至為非作歹，闖下大禍，害及父母。做父母的，活的時候，不能得到兒子的奉養，等到死了，還因為兒子的不爭氣，帶著羞恥到九泉去，這是報怨的一種。還債是：因為兒子在過去世，欠父母的資財，為著償債就來做他們的兒子。倘若債欠得多，父母就可以終身奉養；若是欠得少的，就不免半路死去；像讀書才得了些功名而喪命的，做生意才得了些錢財而身死的。討債是：因為父母在過去世，欠兒子的資財，為了討債，就來做他們的兒子。小的債不過損失些學費聘金，等到還清了，父母想望他成事業，而他忽然夭折，再也不留片刻；若是大的債，那做父母的損

失，可就不止此數，必定要廢業蕩產、家破人亡才罷休。」

如果我們明白上面這番道理，當我們行善拜佛，求子女病癒而子女反而去世時，我們千萬不要灰心，因為說不定那死去的子女本來是來討債報怨的，因為我們現在的懺悔行善和佛菩薩的慈悲，才停止了惡運。這好比我們曾經得罪了某人，某人想來報仇，幸好我們透過了道歉賠償或有勢力的人為我們從中調解，才使對方怨恨消釋而不再想報仇。

Changing Destiny



Principle & Approach

第五章　改造命運的基礎功夫



判斷善事不可以根據表面的行為，而要考慮它的流弊；不可只看現在，要看將來的結果；不可只看個人的得失，需要對大眾的影響。

我們的行善或可稍停，善念則必定不可間斷。

這道理還盼望諸君深思！

第五章　改造命運的基礎功夫

要改造命運就必須決心「諸惡莫作，眾善奉行」。不造惡業，就不會有苦果或凶事。善要積得廣，才能產生受用。否則一邊行善，一邊造惡，那豈不像愚笨的人一手拿掃把，一手在灑土，地永遠也掃不乾淨。

然而，「諸惡莫作，眾善奉行」並不是簡單的事情，它是個「三歲的小孩都知道，八十歲老翁做不到」的問題。所以春秋時代，衛國有一個大夫叫蘧伯玉，二十歲就開始下反省的功夫，每天都有缺點可以改進，到了五十歲時還發現四十九歲的缺點和過失。

可是有些人每天都認為沒什麼過失可以改，這實在是因為他不了解什麼叫做過失的緣故。所以要改造命運，必須先明辨善惡。下面我們來談談善的種類：

一、真善——有益於人（雖打人罵人）是善。

假善──有益於己（雖敬人禮人）是惡。（引中峰國師語錄）

二、直善──從良知出發，不計較名聞利養，不貪欲樂果報。
邪善──抄襲別人，或追求物質，愛好名利，或期望未來的果報。

三、端善──行善完全出於濟世、愛人、敬人之心。
曲善──行善夾帶媚世、玩世、侮弄之心。

四、陰善──為善而不被人知曉。
陽善──為善而為人所知。

△朱柏盧治家格言說：「善欲人見不是真善，惡恐人知便是大惡。」做善希望別人知道最要不得，因為你做了一件善事被人知道，便會被人嫉妒或稱讚。被人嫉妒，你就可能會招到毀謗，惹來離奇的災禍。萬一被人稱讚，你做的福報就會報銷一大部分，將來所結的善果就很少。我舉一個淺顯的例子，諸君便會明白其中的道理。譬如：你把果樹種在很明顯的地方，這棵果樹將來的收穫量

一定大大減少。因為不但許多過路的人會順手摘去果實，也有些頑皮的小孩喜歡爬樹摘果子亂丟。所以做善事被越多的人知道，我們的福就損失越大。難道你還不覺悟？

做惡可就不同了。作了惡業讓越多的人知道越好，因為你作惡讓別人知道了，別人就會責罵你、批評你。有許多人抨擊你、責備你，你的惡業無形中就減輕了，將來結惡果時不至於那麼可怕，那麼重！所以說做了惡事讓越多人知道，我們將來所受的禍害就減輕，因為你已經讓惡業報掉了一大部分了。

五、是善——有些善惡，不可單從眼前的利害去決定，需要從長遠的流弊來判斷。譬如，子路救了溺水的人，那人就送了一頭牛道謝，子路收下來，孔子聽到了說：「從此以後魯國人都會樂於拯救溺水的人了。」因為救人和感謝會造成風氣。

非善——只考慮到現在和某一個人，沒有考慮到久遠的影響。譬

如：魯國的法例規定，如果有人肯出錢去贖回被鄰國捉去做臣妾的百姓，政府都依例付給一筆獎金，做為獎勵。孔子的學生子貢很富有，贖人卻不願接受獎金。孔子知道了就罵他說：「你錯了，君子作事可以移風易俗，成為大眾的規範，怎麼可以只為了自己高興，為了博得虛榮。就隨意去作呢？現在魯國人少，大都是窮人。你這樣無形中創下了惡例，使大家都認為贖人接受獎金是一件丟臉的事，以後還有誰贖得起人，從此以後贖人回國的好風氣，將慢慢消失了。」

在一般人的眼光，大都會以為子貢做善不領賞金是廉潔的好事，子路接受贈牛是不高尚的事，但孔子的看法卻與眾不同，反而稱讚子路、責備子貢。這是孔子十分高明的地方。

所以判斷善事不可以根據表面的行為，而要考慮它的流弊；不可只看現在，要看將來的結果；不可只看個人的得失，需要對大眾的影響。非善的其他例子多得很。例如：不應該的寬恕，過份稱讚別人，為守小信而誤

大事，寵愛小孩而成大患……等。（了凡四訓語譯）

六、偏善——以善心來行惡事，叫「正中偏」。例如：明朝的宰相呂文懿公辭職返鄉後，鄉民都很尊重他。有一天一個鄉民酒醉後卻罵他一頓。當時他認為那鄉民講酒話因此不去計較。沒想到一年後，這人愈變愈壞，終於犯上了死刑罪。呂公才後悔地說：「當初我的寬宏大量害了他，假如稍微給他教訓一下，也許那醉漢今天不至於犯了大惡。」

正善——以惡心來行善事，叫做「偏中正」例如某地有次飢荒，暴民白天公然搶糧。富家告到官府，官府卻一概不理，於是暴民便愈放肆，變本加厲，那富家逼不得已，只好私自懲治暴民，鄉里才平靜下來，不致演成大亂。

七、半善——沒盡心盡力行善，又著善相。

滿善——全心全力行善，不著善相。

譬如：從前有一位女子，到廟裏去燒香，想施捨家境又困難，找遍身

上只發現兩文錢。她就把這兩文錢全部捐獻，但是廟裏面的住持高僧還親自替她誦經懺悔祈福，後來她被皇帝選入皇宮。她富貴以後就帶了數千金來原先那個廟裏捐獻，住持高僧只派徒弟替她祈福迴向。因此她就問這是為什麼？那高僧說：「以前妳的施捨雖然小，但心意真切，非老僧親勞不足以報答。今天妳捐獻的雖多，卻不如從前真誠，所以有人代勞就行了。」

八、大善──利在天下，雖小而大。
小善──利在自己，雖多而小。
九、難善──以多年的積蓄施給可憐的窮人。
易善──送小禮物給親朋好友。
十、急善──濟人危急，放生救命。
緩善──撿路邊的小紙屑。
十一、悲善──雪中送炭，憐憫貧苦病人。
敬善──恭敬父母尊長，良師聖賢。

平等善——隨緣行善，不論對象的貧富愚智。

十二、常善——時常行善，精勤不懈。

間善——心血來潮，偶而行善，忽勤忽怠。

△我們的行善或可稍停，善念則必定不可間斷。這道理還盼望諸君深思！

△每天都以十塊錢行善，其功德勝過每個月月底花三百塊錢行善。因為前者比較能夠養成習慣。

十三、歪善——行善時我見未泯，善相不忘。

圓善——行善時人我平等，不著名相。

十四、下善——關懷自己的子女或親友，本應如此。

中善——關懷陌生人，勉強可以。

上善——關照自己怨仇，難能可貴。

請注意：對父母師長聖賢不敬是大惡。

對陌生人不敬是中惡。

對怨仇不敬是小惡。

十五、淨善——沒有造作和企求的是淨善。

染善——有所造作和企求的是染善。

△染善心裏有煩惱，功德福報少。淨善心裏沒有負擔，功德福報無量無邊。

第六章　改造命運的方法

中國古代人每天檢點自己的行為，做了一件善事便在缸裏放了一顆紅豆；起了一個壞念頭便在缸裏放了一顆黑豆。

每天這樣反省自己，日子久了，缸裏的紅豆就越來越多，黑豆也越來越少，這就是反省的效果。

第六章 改造命運的方法

甲、一般的方法

一、明辨善惡

一切凶苦都是由惡業來的。因此要避免倒霉的事情發生就必須不造惡業。要不造惡業則必須明辨善惡。譬如要除去心地中的惡草，先得知道惡草長成什麼樣子。要在心地播種良善的好花，也需先了解好花的形態和灌溉的方法。

要判斷善惡最好以聖賢的經典為主。例如：《自知錄》、《太上感應篇》、《安士全書》、《文昌帝君陰騭文》、《業報差別經》、《在家律要廣集》等都是值得精讀的好書。

下面舉一些實例來說明：

1. 殺害一條命是一百個過。沒殺死而生病是五十個過。殺害禽獸每一條命是十個過，害而不死是五個過。
2. 墮胎是二十個過。
3. 心中生起損害別人的念頭，每一人爲一個過，害人的事完成後，每一人爲十個過。
4. 故意殺害有反抗能力的動物，每一條命是二十個過。誤殺則每一條命是五個過。故意殺害沒有能力反抗的動物，每一條命是十個過。誤殺則每一條命是二個過。故意殺害小動物，每一條命是一個過。誤殺則每十條命是一個過。故意殺害極微小的動物，每十條命是一個過。誤殺則每二十條命是一個過。（自己親自去殺、叫別人殺、贊助別人殺、殺來吃或配藥、養大賣給別人殺……的罪相同）

5. 故意殺害對人類有害的動物，每一條命是一個過，誤殺每十條命是一個過。

6. 看見別人殺害動物，不去援救，依照上面所記載的過失減少一半。（沒有辦法救的，不犯過）

7. 看見別人殺害動物，沒有辦法救而不生慈悲心，是二個過。

8. 耕牛、家犬、家馬，老了或生病死掉以後，拿肉去賣錢，大條命是十個過，小條命是五個過。

9. 用殘酷的方法去烹煮煎烤活生生的動物，使動物受極大的痛苦，每一條命是二十個過。例如活煮魚鱉螃蟹。

10. 釣魚、打鳥等使動物受傷而沒有死，每一隻動物五個過，因而致死的罪過與殺害動物一樣。

11. 因爲做善事，例如修橋、鋪路、建寺、造塔等無意中誤傷到小蟲等動物，不算過。但仍需要懺悔或造福資薦。

12. 把禽獸關在籠子裏，每一天一個過。

13. 遇見窮苦、飢、餓、寒、凍的人，沒加以救濟，每一個人是一個過。（沒有錢財救濟者，不犯過）

14. 欺侮損害聾子、瞎子、病人、愚人、老人、小兒，每一人是十個過。

15. 生重病的人來求救而不加以援救，每一個人是兩個過。（沒錢醫救，或不懂醫術的人不犯過）

16. 看見別人有憂愁，不幫他解除，是一個過。反而心裏高興，是兩個過。更增加他的憂愁，是五個過。

17. 看見別人損失利益，心生歡喜，是兩個過。

18. 看見別人富貴，希望他貧窮下賤，是五個過。

19. 鬧飢荒時，囤積米糧，抬高米價，是五十個過。

20. 倚勢強佔別人的土地房屋，每值一百錢是十個過。賤價強買，每

百錢是一個過。

21. 放火焚燒山林，五十個過，假如因而損害到人，每一命五十個過，損害到禽獸，比照前述殺害動物論罪計。假如他焚燒山林的本意是要燒人，每燒死一條人命一百個過。

22. 挖掘別人墳墓，丟棄其遺骨，每一個墳墓是五十個過，把別人的墳墓弄平，每一個墳墓是十個過。

23. 居高官輕易斷送了下屬的前程，每一個人三十個過。

以上所舉的例子都是《自知錄》中有關仁慈方面的一部份而已，但它比起一般人所說的「仁」可要具體多了。

《自知錄》是明末高僧蓮池大師增訂太微仙君的功過格所成的。所以可靠性相當高。下面我再舉一些功過的例子如下：

1. 被父母親責罵，生憤怒或憎恨心，一個過。

2. 父母有過失，不能運用善巧的方法加以勸導。每一件事情一個

過。

3. 誦經每差一字一個過，漏一個字也是一個過。誦經時心中打妄念，五個過。想到惡事，十個過。想善事一個過。起身迎接賓客，二個過。不依照儀式隨便誦經，五個過。誦時發怒，十個過。罵人，二十個過。打人，三十個過。吃葷辛後沒漱口就誦經，每誦一卷一個過。

4. 平日吃肉，每吃一次一個過，吃耕牛、家犬、家馬的肉，每吃一次三個過。六齋日吃肉，每吃一次兩個過。食肉以後上佛殿，一個過。飲酒和五辛的過失同吃肉一樣。

5. 開酒店，每來一個人喝酒就一個過。販賣屠刀、漁網、釣竿、殺蟲劑，每值一百錢一個過。

6. 有功歸己，有過推給別人，每一件事兩個過。有過自己承認，有功讓給別人。每一件事兩個善。

7. 忍受別人無理打罵，每一件事一個善。

8. 撿到東西送還原物主人，每值一百錢一個善。

9. 與人相處，常爲別人著想，不爲自己著想，每一天一個善。

10. 救病藥方，不肯傳給別人，每五個方一個過。

11. 有恩不報，一件事一個過。有怨必報，每一件事情一個過。報怨報得太過份，十個過。因而致死，一百個過。

12. 遺棄字紙，每十字一個過。

13. 邀人賭博每一次一個過。勉強邀不好賭的人參加賭博，每一次五個過。設賭場抽頭，每抽一百錢兩個過。

14. 勸勸導青年人除去菸酒嫖賭等壞習慣，每一人十個善。

15. 見良家婦女美色起私心，二個過。

16. 借人財物，如期而還，不過時日，一個善。

17. 弟子有過不加以教誨，小事是一個過。大事是十個過。

18. 隱人善，一件事一個過。揚人惡，一件事一個過。爲除害救人而說出別人的罪惡，不犯過。

二、察覺心念

我們應時時反省，檢點一天當中起了多少善念、多少惡念、多少無善無惡的雜念。好比農夫要使田地上的作物成長得順利，就必須常檢查田地中是否有雜草出生或野兔來偷食。所以古今中外的聖賢都教人檢查自己的心念、行為和語言。例如：曾子每天反省三次，宋朝太子的老師趙閱道每天的所作所為，到了晚上，一定燒香稟告天帝，凡是不敢稟告蒼天的事情，絕不敢做出來。

時常察覺心念，才能進而止惡行善。這就是陳希夷先生在〈心相篇〉所說的：

「知其善而守之，錦上添花。

知其惡而不為，禍轉為福。」

三、懺悔業障

懺悔是捨棄惡業必經的過程。要除去惡業，必須先徹底明白惡業的害處，然後心中才會對壞事情深惡痛絕。這麼一來，要改過就容易多了。

懺悔等於是把心地中的雜草和毒樹的根部挖起來曬太陽。心地中的雜草和毒樹被連根拔起後，當然會枯萎而死。懺悔一定要向別人公開懺悔才有效果。自己一個人私底下躲在暗室裏懺悔，效果可就差多了。因為罪惡這種東西很像樹根一樣，你越隱藏罪惡，越不敢把自己所犯的過錯告訴別人，那罪惡的根就越往下紮，而且越紮越緊。一旦你勇於向大眾承認錯誤，那罪惡的行為就會立刻停止紮根或蔓延。所以佛經強調「發露懺悔」的妙用。

再者，當你把所犯的錯誤告訴別人以後，別人可能責罵或教導你改過

的方法。讓越多的人責罵我們，我們的惡業將來所受的苦報就越輕微。越隱藏罪惡，那罪惡將來所產生的果報也就越嚴重可怕。我們寧願惡業早日報消減輕，而不願將來連本帶利加倍地報償。

所以經上再三叮嚀我們要時常懺悔，才能減輕罪業。

「若人造重罪，
作已深自責，
懺悔更不造，
能拔根本業。」——《業報差別經》

四、勇於改過

有過最好馬上改，千萬不要拖延。萬一不能立即改過來，就必須訂立一個期限來改。但一定要從今天就開始改，不要等黃道吉日了。因為改過是刻不容緩的，越快越好，以免時間拉長了，「夜長夢多」！

改過好比在心地上拔除雜草和砍伐毒樹。只要我們一息尚存，縱使我們過去犯下了滔天大罪，我們仍有改過自新的機會。

改過可以從事上改，也可以從理上或心上改。如我們砍伐樹木時可以從枝葉上開始砍，也可以從樹幹或根部開始砍。從事相上改過，好比枝葉葉地修剪，今天改這個缺點，明天改那個缺點，後天又將改某一個缺點……這樣子改過，當然很緩慢又很費時。因為這種改過的方法，只在行動上勉強壓制，沒有把病根切除，所以不是根本的辦法。

改過最好先明白道理。譬如說要改掉殺生的壞習慣，先想一想：殺生有那些壞處？我為什麼一定要殺生呢？不殺生對我有什麼好處呢？動物有多可愛？……把這些問題想通了，自然而然就不會殺生了，不至於今天改殺雞，明天改殺魚，後天改殺螞蟻……這麼瑣碎麻煩。

所謂從心上改過，當然是最直接了當的。因為一切過失都是從心上產生的。只要一心向善，無有私慾，那就不會有過失了。也不必逐樣檢討

好名、好利、好色、好財、好怒等千百種過失，只要內心清淨，自然一塵不染，萬過不生。這叫做從根本上改過的方法。所以宗鏡錄第八十六卷上說：「假如一個修行人，時常喜歡坐禪，明白心中沒有妄念，而且不執著一切內外境界，這叫做大懺悔。」（註廿二）華嚴經上也強調從心上徹底改過才是真正的懺悔：

「往昔所造諸惡業，
皆由無始貪瞋痴，
從身語意之所生，
一切我今皆懺悔。
罪性本空由心造，
罪從心起將心懺，
心若滅時罪亦亡。
心滅罪亡兩俱空，

是則名為真懺悔。」

下面我們從「現代心理學」和「行為治療」的新知識來談談如何革除壞習慣：

「人非聖賢，孰能無過？」我們在這裡把過失換成壞習慣，也是說的通的。每一個人或多或少都有一個壞習慣，而且某些壞習慣已經根深蒂固了。

到底壞習慣是怎麼養成的呢？革除壞習慣又有多重要呢？現代的心理學告訴我們：一個人的觀念和思想會影響他的行為表現，不好的行為都是由於無知和自私來的。當他第一次表現不好的行為時，假如他沒有察覺到它是一種壞的行為，或者只是察覺到而沒決心立刻去革除，那麼這種壞習慣很可能再重覆出現，而重覆出現幾次以後，該種行為就會有了一種「慣性作用」，逐漸成為一種很強的行為勢力，這就是壞習慣了。

一旦壞習慣形成以後，一種壞習慣也會引發另一種壞習慣。許多種習

慣養成後就會造成一種個性或人格的特性。例如，有抽菸習慣的人就有菸槍的個性。言談時嘴角看起來，就像個有菸癖的人。有了這種個性以後，就會影響他的命運。因為命運似乎是由無數種個性所造成的。

現在我們來談談革除壞習慣的原則：

第一個原則：察覺你自己的壞習慣

當你有了壞習慣，你不但要正視它，而且要反省它。「反省」在改革壞習慣的過程中扮演了一個很重要的角色。古今中外所有的偉人們都時常反省他們自己的行為。我們中國的曾子每天反省三次，而希臘的大哲學家蘇格拉底說：「沒有反省的日子是不值得過的。」這到底為什麼呢？因為反省可以使一個人靈敏地察覺他行為的缺失和原因。平日為生活奔波勞碌，如果每天不利用片刻的時間平心靜氣地反省自己的行為，那又怎麼能發現行為的過失呢？

中國古代人每天檢點自己的行為，做了一件善事便在缸裏放了一顆紅豆；起了一個壞念頭便在缸裏放了一顆黑豆，每天這樣反省自已，日子久了，缸裏的紅豆就越來越多，黑豆也越來越少，這就是反省的效果。

現代的心理醫生也是常利用「反省」來改進人們的行為。舉個著名的例子來說，美國有一個心理學家名叫鄧肯（Duncan），他對廿三個高中生做了一個實驗。這些高中生都犯了飲食過多、咬指甲、講話尖酸刻薄、說髒話、或愛吃零食……等壞習慣。

鄧肯首先幫助這廿三位高中生選定特殊的行為目標，譬如：每週所吃的零食不得超過一百五十元。然後發一張紙條給學生，要學生把每天改變行為發生情況和比率記錄下來，使學生察覺到他們吃零食的實況和時間。到底一週當中那一天最愛吃零食？為什麼這一天吃得較多？一天中什麼時刻嘴巴最饞？平常吃的是什麼類的零食，餅乾、糖果、健健美或養樂多？然後每隔一段時間（例如：每週班會完畢自由活動時）這些愛吃零食

的同學聚在一起研究心得，交換意見。

鄧肯發現這種實驗辦法很有效。所以這個辦法也被許多心理學家們廣泛地應用到心理治療和行為矯正方面。我們需要明白這個辦法之所以會成功，就是因為它讓那廿三位學生覺省他們的壞習慣。

察覺和反省是革除壞習慣的妙方。有些壞習慣只要察覺和反省就可不藥而治了。我們現在舉一個行為治療的例子來說明：

老張平常與人談話時，腳有打拍子的壞習慣。因為這壞習慣已經由來已久了。所以老張打起拍子覺得頂自然的。他一邊講話，腳就一邊打拍子，他絲毫沒感覺到他的腳在打拍子。

有一天，老張的好友老李看到老張的腳在打拍子，他告訴老張說：「您剛才腳打的拍子很有音律美，請您再多打幾下，讓我欣賞欣賞。」老張不好意思地再打了幾個拍子。

可是，從此以後，大家卻很少看到老張再打拍子。這是為什麼呢？因

為老張察覺到他自己腳打拍子的壞習慣了。他明白老李那婉轉的話語，同時內心也深深地感激老李。

行為治療的科學家們發現：大部分的壞習慣一經察覺後，第二天的出現率就有顯著地下降。一個星期內壞習慣便消失了。

譬如：小林是一個很內向的大女孩，她看到報紙前一陣子常常記載強姦殺人的事情，內心感到無比的恐懼。她從學校放學回宿舍，一路上老覺得有人在跟蹤她。最近每天晚上都起來檢查門窗好幾遍。她的一位室友看她這樣神經兮兮地，告訴她說：「今晚妳已經檢查了三次門窗，妳發現到什麼呢？如果還沒有，我再陪妳起來徹底檢查兩次！」經過這兩次的徹底檢查門窗，小林已經察覺到外面根本沒有人跟蹤她，這是她自己的疑心所致。從此小林也就一覺到天亮，晚上不再起來檢查門窗了。

由上面的例子，我們可以發現：察覺自己的壞習慣，對於身心健康是多麼重要啊！

第二個原則：徹底瞭解壞習慣的害處：

要戒掉壞習慣，首先就要徹底明白它的害處。因為你不明白壞習慣的害處，戒掉壞習慣就不會賣力踏實。

譬如：我唸初中時，有一課國文生動地描寫到抽菸的美景，著者有「飯後一根菸，快樂似神仙」的趣味，他把吐出來的菸看成雲彩如霧，而把屋子裏的蚊子看成鶴，蚊子在菸中飛，他看成鶴在雲彩中飛舞，並且說牠有多美多美。

假如這篇文章給戒菸快要成功的人看到了，很可能會使他信心動搖，而萌起抽菸的念頭。所以當我們要學生戒除某一項壞習慣時，絕對不可提起那壞習慣的便利之處。有許多學生誤以壞習慣有某些「好處」，事實上，他心中的那些「好處」很可能是文人筆下描寫不實或者商人誇張宣傳的結果。

所以當我們要革除某一項壞習慣，我們必須盡量收集那些壞習慣的缺點，並且對這些缺點加以客觀地理解。我們對某一項的缺點瞭解得越多，改革起來也就輕鬆省力。例如：美國有一種教室開放給學生參觀，並且歡迎學生到那間屋子裏去抽菸，可是有很多人到那教室以後就不敢再抽菸了。這是為什麼呢？因為在那教室抽菸，自己可以清楚地看到菸對身體的各種壞影響——菸對肺部、肝臟、腎臟、神經系統、胃部、腸的蠕動、內分泌……等的壞處。

要是我們沒有這種精密的儀器設備，我們應怎麼教導學生明白壞習慣的害處呢？方法有很多種：當其他不抽菸的同學寫「國慶日感言」時，教師可以強迫抽菸的同學寫「抽菸的害處」等作文題目。本來那學生認為抽菸沒有害處，現在為了要寫作文，只好動腦筋想一想抽菸有那些害處？萬一他想不出來，他可能會去圖書館找資料，問問同學或師長……這麼一來，他就可以逐漸明白抽菸的害處了。

我們要使學生戒掉隨地吐痰的惡習，也可以在遊藝會時透過話劇或相聲把吐痰的壞處表達出來。也可以把吐痰的害處用壁報畫出來，或者帶學生去看有關的影片，或參觀肺結核防治中心……等。

只有當我們對壞習慣的害處徹底明白以後，我們才會對它深惡痛絕。一有了深惡痛絕的情緒，我們才容易把壞習慣連根拔起。

第三個原則：時常懺悔，並且坦承向他人承認自己的過失或壞習慣。

我們的過失和壞習慣，就像樹根一樣，在越隱密的地方就長得越堅固。當我們做錯了一件事情，越不敢告訴別人，這件錯事就越不容易改正過來。假如我們不顧面子，勇於公開地向他人認錯，那下一次就不容易再犯同樣的毛病。這好比把樹根挖出來曬太陽。

由於懺悔對改過有莫大的幫助，所以無論佛教或基督教……等大宗教都鼓勵人懺悔改過。

諸君千萬不可誤以為懺悔只是愚夫愚婦幹的行為。只要我們的心地和品格還有絲毫的過失，我們就得天天懺悔。也惟有這樣，我們的人格才會逐漸接近完美。

懺悔的功效通常隨著我們所懺悔的對象而異。我們對越多的人承認自己的過失，懺悔的效果越大。我們對越敬愛的人懺悔，其效果也越好。因為我們都不喜歡別人說我們講話不守信，尤其是由我們最敬愛的人口中說出。所以當你要革除某一項壞習慣時，你應儘可能告訴你的親朋好友，然後堅決而且認真地戒除，不允許有破例的情況發生。

譬如：你向親朋好友老師們宣佈你下星期三要戒菸。到了下星期三就不好意思不戒菸，因為大家早都知道你要戒菸了，你不戒菸，就很難向大家交待。不但有人會嘲笑你，而且你也會覺得「無顏見江東父老」。你到時不戒菸不行，因為不戒菸的後果可嚴重了：你的朋友會離棄你，你的老爹不給零用錢，老師對你印象不好……。所以當你想革去某一項壞習慣，

而向大家宣布你革除的日期時，會產生一種強大的社會力量，強迫你就範，而革除那壞習慣，這不等於是好的「逼上梁山」嗎？

第四個原則：假如你沒有足夠的信心和勇氣，立即革除那根深蒂固的壞習慣，那麼，你便應採用逐步改進的方法。

逐步改革壞習慣的方法，現代的心理學稱之為「漸次接近法」（method of successive approximation）。什麼叫做「漸次接近法」呢？比方說你的菸癮很重，每天抽了一包半的菸，你現在明知抽菸不好，可是你無法一下子改過來，那麼，你自己就可以訂立一套逐步戒菸的辦法——每兩個星期戒掉一支菸，過了三十六週以後，你也就可以把抽菸的壞習慣完全戒除了。

你覺得自己零食吃得過多，每天都固定少花一點錢買零食，逐漸朝向所訂立的標準前進，總有一天可以戒掉愛吃零食的習慣。

這個方法效果雖然比較慢，可是只要你持之以恆，壞習慣也終究會消失的，而且消失得十分自然。較沒有決心和毅力的人，適合用這種逐步推進的方式來革除壞習慣。

這個方法的最大優點就是實行的人在革除壞習慣的過程中可以感覺較自然而沒有心理壓力。可是它的缺點就是怕有些本來一次可以了斷的壞習慣，而你卻慢慢革除，不但使人懶散，效果不彰，而且極容易因「夜長夢多」產生延誤的現象。

所以當我們採用逐漸法革除壞習慣時，我們應計畫周詳，不操之過急，也不可以過於散漫。我們在革除壞習慣的過程中，絕不可允許破例的情況發生。

當我們需要明白，有些習慣可以馬上改過來，有些習慣則要慢慢地改變，而不可操之過急，操之過急反而把事情弄糟了。例如：你向來不運動，可是現在一下子每天運動三、四小時，你當然會受不了。不如每天先

抽一、二十分鐘稍微動一下筋骨，慢慢再把時間加長，逐漸把運動的內容加難，日子久了才能遇難不愁，逢苦不累。

有些學生怕數學，我們不能一下子希望他做幾個鐘點的數學習題。而應先叫他每天抽點時間做簡單的數學題目，由淺而深，時間也慢慢加多。

至於要實行冷水浴也不是一蹴可及的。對於洗熱水浴的朋友，一下子想改洗冷水，可能會感冒著涼。但如果他每天洗澡水的溫度逐漸降低，先冷熱水參半，三個月以後才完全洗冷水，那就不會因突然洗冷水而產生打噴嚏的現象。

第五個原則：用良好的新習慣或行為來替換舊的壞習慣，會使你在革除壞習慣的過程中，覺得更輕鬆容易。

譬如：養成隨地吐痰的壞習慣，大都是因為出門身上沒帶手帕和衛生紙，嘴裏有痰時，看不到吐痰的沙缸子，又找不到適當的地點，所以就隨

便吐痰了。現在我們要改除學生隨地吐痰的壞習慣，只要求他們身上一定要帶手帕和衛生紙，並且在校園裏多放幾個吐痰的沙缸，那學生就不會再隨地吐痰了。換句話說，使學生養成帶手帕或衛生紙的新習慣，就可以革除他們隨地吐痰的舊習慣了。

有時，我們只要使學生養成吃口香糖的習慣，就可以把他們講髒話的壞習慣革除。因為嘴裏嚼著口香糖就不方便講髒話。

要使用替代的方法來革除壞習慣，以所採用的新習慣和壞習慣不能同時存在，所產生的效果最大。例如：有人因為無聊，所以才賭博。我們要革除他賭博的惡習，只要發展他的特長或潛能就行了。當他在乒乓球上能打得出人頭地；他越來越喜歡打乒乓球，就沒時間而且也不想去賭博了。打乒乓球就是代替賭博的新習慣。

第六個原則：是改變習慣應選擇適當的時機。而壞習慣的革除則越快

越好，最好從現在就開始。

有些習慣的改變需要適當的時機才容易成功。譬如，你想實行冷水浴最好從夏天開始；想學開車子最好在暑假。

然而，大部分習慣的建立是沒有時節性。想要建立沒有時節性的好習慣，或革除壞習慣則應越快越好。

假如你想養成寫日記的習慣，最好從現在開始寫，而不要等到明年元旦才開始。因為「夜長夢多」，元旦可能有許多事（例如，開慶祝會，想出外旅行，好友來訪……等）使你沒空寫日記。

你想要把英文或數學唸好，最好也是從今天開始，而不要打算從下學期開始。因為下學期很可能又有新的課程讓你忙的。所以我們盡量不要把希望寄託在明天，而應養成「從現在開始」、「今日事今日畢」的心理。

毫無疑問，對於壞習慣的革除則應越快越好。因為縱容壞習慣，越縱容越糟糕。首先它使你內心不安，精神恍惚，到後來它就使你神不守舍，

而成為壞習慣的奴僕。

大哲學家威廉·詹姆士（Williom James）說的好：「一有了革除壞習慣的決心就應馬上付諸行動。因為有了決心和好的情感而任它消逝，不產生實際行動，遠比失去一次機會還糟糕。這會妨礙到將來的強度和情緒的正常發洩。」

五、發慈悲心，廣積陰德

前面四個方法都是針對改過的，第五個方法以後則才談及如何積善。善一定要積很多，才能發生大作用。而且所積的善最好是別人所不知道的陰德，才能夠扭轉命運。然而行善積德都以慈悲心為根本。慈就是給眾生快樂，悲就是拔除眾生痛苦。時常關懷眾生，處處為別人著想就是慈悲心。所以華嚴經的淨行品告訴我們日常生活當中，無論行、住、坐、臥都應發願希望眾生永離一切煩惱、痛苦和負擔，早日成就無上智慧。

文昌帝君陰騭文上面也說：「欲廣福田，須憑心地，行時時之方便，作種種之陰功，利物利人，修善修福。」

修慈經上記載慈悲心有十五種好處（果報）：一、休息的時候內心安穩。二、醒的時候安心。三、天神保護。四、別人擁護。五、夜無惡夢。六、心常歡喜。七、水不能漂（不會被水淹死）。八、火不能燒（不會死於火災）。九、刀不能傷（不會死於刀槍）。十、毒不能害（不會死於毒藥）。十一、常出生在好的地方。十二、常感受快樂。十三、來世生梵天。十四、以後又到人間做王（領袖）。最後還會因為信佛而成就最高的智慧。

慈悲心的具體表現就是愛惜物命。沒有條件和限制的愛心所產生的福德才是無量無邊，這就是佛經上所說的「無緣大慈」與「同體大悲」。

永遠不可以殺害或虐待動物。不要把金魚和小鳥關在籠子裏剝奪動物的自由，來生我們也會受束縛。最好不要養雞、鴨、狗、貓，因為這動物

會吃小昆蟲，你養了牠們，等於間接的殺生。

不要隨便砍伐樹木，因為一切樹木都有鬼神和昆蟲等小動物賴以維生。萬一為了某些正當的理由（如修路、造橋、建學校、蓋廟宇）不得不砍時，你應當在三天前燒香，告訴樹神和小動物，請牠們搬家。如果牠們不答應，請牠託夢給你。甚至連給花草澆水都得小心翼翼，以免傷害到地上的小蟲。下雨天前一定要把室外的各種罐子上蓋收拾好，以免雨水灌滿了罐子，過了幾天以後便會生小蟲，等你晴天要用罐子時，把那水倒在地上，就會害死那些水中的小蟲。

千萬不可放火焚燒山林或草地，也不要使用農藥和殺蟲劑等害人害己的東西。假如你的農作物受了病蟲害的侵襲，請你遵照「大悲心陀羅尼經」所指示的方法去做，自然可以防止或免除嚴重的病蟲害。這一件事請諸君一定要切記在心。

你最好每個月都撥出一些錢來救濟窮困的人。或者鼓勵孩子以撲滿儲

蓄的錢來買動物放生。這些作為會使你今生或來生長壽而且沒有病痛。

吃素不但可以培養慈悲心，而且還可以減少殺生所帶的惡業。假如你不能吃長素，最好在「六齋日」或「十齋日」吃素。或者吃「三淨肉」（動物被殺時你沒有聽到牠的叫聲，也沒有看見牠的死亡，同時不是別人專為你殺的）。你要改造自己短命夭折的厄運至少必須先做到不傷物命。所以先聖先賢一再告誡我們「君子遠庖廚」、「聞其聲不忍食其肉」，又說：「口腹須臾間，福禍相倚伏。」吃一頓飯的時間雖然極為短暫，可是當我們用筷子夾菜或夾肉時，心中就已經種下凶吉福禍的種子了。

培養孩子的愛心，最好從幼小的時候就開始做起。所以說：

萬物夭亡總痛情，
雖然蟲蟻也貪生，
一般性命天生就，
吩咐兒童莫看輕。

＊＊＊

培養深仁在幼時，
方能享壽百年期，
殺心好比慈心換，
莫向春林折嫩枝。

諸君假如想要進一步明白殺生和放生對命運的影響，請參閱「放生殺生現報錄」和「護生畫集」！

慈悲心的另一種具體表現就是待人和藹，不發脾氣。憎恨心是可怕的，因為它可以使從前的善行和修養化為灰燼，而且給你帶來無數的煩惱和不安寧。所以說：「瞋火燒盡功德林」、「一念瞋心起。百萬障門開。」發脾氣是修養不好與短命的象徵，如果我們有這個壞毛病，一定要徹底改過！

甚至連犯罪的惡人、壞學生等我們都應寄以同情和憐憫心，千萬不可

以憤恨心責罵惡人，或者在處罰壞學生時心生歡喜，對自己的懲罰技巧洋洋得意！

六、布施財物，利益眾生

您相信嗎？只要花一點小錢，就可以實現您的愛心！所以古人說：「惠不在大，救人之急，可也。」

助人的好處很多，比方說：使您得到好的人緣、心情愉快、晚上不會做惡夢、事業順利、出門平安、家庭幸福、轉愚成智、化險為夷、所求如意……。再者，當我們救助他人危難時，我們才能真正體會到貧困的痛苦、可憐、吃不飽、穿不暖、睡不好、受人歧視與冷漠等。有了這麼一個體認，您的慈悲心才會不斷增長，而且以後才不至於再重蹈他們的覆轍，因為您已經開始種善因了。

雖然我們知道施捨可以獲得無窮的利益和安樂，但我們施捨絕不期望

回報、不希求來世的富貴、也不夾雜任何名利和自私心，因為我們深深感覺到：自私和吝嗇是苦惱的根源。今生的貧窮都是吝嗇的結果，所以我們一定要以歡喜心和恭敬心來布施，而且在施捨時，心中不存在任何目的。

諸君！施捨不是吃虧而是佔便宜，在施捨中獲益最多的不是別人而是自己。施捨可以卸下我們的煩惱，使身心清涼自在。這種喜悅絕不是局外人可以領略的。您何不嘗試看看？

財物的可貴在於救人危急，愛的可貴在於持之以恆。布施一定要成為一種根深蒂固的習慣，成為生活不可或缺的一部份，施捨起來才會輕鬆、愉快、自然而且沒有造作。

然而，要養成布施的習慣，必須先明白施捨的好處，以及「世間無常」、「金錢是身外物」的道理。

大智度論第十一卷曾經把施捨的功用講得非常詳細。例如：施捨可以消除我們的煩惱、吝嗇、嫉妒、諂媚、邪見、執著、悼悔、狂傲、貪愛、

憎恨、無明、疑惑，而使身心安樂自在，精神專一，並且產生許許多多的善法和智慧。

經上告訴我們布施應做到下列幾點：

㈠隨己所有，盡心施捨。不得貪惜、遲疑或後悔。

㈡應隨時隨地以平等心來施捨，永不厭倦或退怯。

㈢以至誠心、恭敬心和歡喜心布施，而不可傲慢或輕視受施的人。

㈣布施時，不可以貪求名利或果報。

施捨的功德很大。布施經中曾經記載了三十七種布施的好處。業報差別經也談到施捨十二種東西的好處。例如：施捨飲食可以得到下面十種利益：一、壽命增長。二、臉色紅潤可愛。三、有力氣。四、口才變好。五、心無畏懼。六、不生懈怠，眾人敬仰。七、廣得人緣，大家快樂。八、產生大福報。九、死後生天。十、很快斷除煩惱，成就無上智慧。

布施的利益多得很，譬如：

1. 以淨信心和恭敬心布施，將不會被人嫉妒，常被人尊敬。
2. 按時布施的人，身心清淨，四時平安。
3. 常布施的人，身心舒適愉快，沒有散亂。
4. 親手布施的人，來世手指纖長美好。
5. 你現在為別人施捨，將來別人也會為你施捨。
6. 布施時不執著名相，將來就會得到沒有煩惱的大福報。
7. 以美好的東西施捨，將來你的身體就長得端莊，人見人愛。
8. 布施味道絕佳的東西，將來常品嘗到好的食物。
9. 如法布施而且布施時尊重受施的人，將來安穩快樂，人見人愛。
10. 以廣大心布施，將來可以得到無量的福報。
11. 布施美好的食物，將來不但永不會挨餓，而且倉庫盈裕。
12. 布施漿水，將來所住的地方，永不飢渴。
13. 布施衣服，將來面目端莊，皮膚細嫩，不著塵垢。

14.布施房舍，將來田宅寬廣，樓閣莊嚴。
15.布施臥具，將來得生貴族，所有物品潔淨美好。
16.布施花果，將來歡喜精進，定慧具足。
17.布施花環，遠離貪愛、憎恨和愚痴的煩惱。
18.布施象馬車乘，將來得神足通，通行無阻。
19.布施醫藥，將來安穩快樂，沒有病痛。
20.布施經法，將得智慧和宿命神通。
21.以香布施，將來沒有煩惱和臭穢。
22.布施傘蓋，將來有大威勢，能保護眾生。
23.布施鐘鈴，將來言談悅耳，有大名聞。
24.布施音樂，將來聲音清晰美妙。
25.布施燃燈，將來天眼清淨，智慧明了。
26.布施繒綵疋棉，相貌莊嚴，豪富自在。

27.以香水灑佛塔，以香水浴佛身，以香油塗飾佛像，將來身相莊嚴。
28.以香水施捨聖賢洗浴，將來生在富貴人家，安樂少病。
29.以慈心布施，面貌和悅，沒有憎恨。
30.以悲心布施，能遠離殺害逼迫。
31.以喜心布施，能遠離憂愁苦惱，無所畏懼。
32.以捨心布施，心無罣礙。
33.布施鞋襪，將來足下安平，足趺柔軟，行步輕健。
34.布施器皿，將來得天妙器，離諸愛渴。
35.以清淨心布施，得無上智慧。（參見布施經和業報差別經）

七、隨喜功德、善與人同

看見別人行善，我們一定要生歡喜心和恭敬心，千萬不可以生嫉妒

心！生歡喜心就是造福，生嫉妒心就是造業。

看見他人行善，我們一定要隨分盡力去幫助，而且盡可能誠懇地稱讚別人良好的行為和長處。

尤其沒有錢的窮人更應該下功夫好好學習這個辦法。因為窮人沒有很多錢可以布施，所以他看見別人施捨時更應隨時起歡喜心，所謂「有錢的出錢，沒錢的出力」。縱使沒有力可出，只要出歡喜心也仍然可以產生很多福德。

我們應常觀想（想像）自己在施捨財物，幫助別人。因為如果觀想得逼真，我們所感受到的快樂和實際去幫助別人並沒有什麼兩樣。所以想像或夢中行善的人有福了。

行善不想得到功德，功德不但自然就會有，而且越大。當我們做了任何一件善事，我們都應該發願把功德讓給別人，迴向給一切眾生；把有為的福德，迴向無上的智慧，同時盼望大家早日體悟清淨的心性，行善而不

執著我相和善相。

八、謙己下人，虛懷若谷

易經上說：上天總是對傲慢的人看不順眼，而對謙虛的人給予利益。鬼神專找驕傲者的麻煩，而保護謙虛的人。驕矜自滿的人大家都討厭他，謙虛的人卻大受歡迎。（註廿三）

惟有虛懷若谷，我們才能保住所修的福德，使我們的福德不致於溢出或走失。

在歷史上，凡是一個人公開地誇耀自己的聰明才智，其結局一定是不幸的。例如雅典的名將狄摩修斯在國會報告他的戰績時，說了一句不謙虛的話：「這和命運之神無關！」從此以後，他便沒有一件事情做得順利的。（培根論文集「論命運」）

謙虛的人不但不吹噓自己的優點或成就，而且也不惡意地評論別人的

過失。

謙虛的人不斷進步，因為他比較客觀，而且不會固守成見。所以能時常吸取別人良好的意見或經驗。

乙、特別的方法

一、改短命為長壽的方法

㈠懺悔自己過去所造的惡業。

㈡從今以後，決心永遠不再殺害或虐待動物，並且改掉好鬥爭的習氣。

㈢發大慈悲心，愛護一切眾生。

㈣少吃葷辛肉類，或改吃長素。

㈤見別人病危時，盡心救助。

㈥到市場上買待宰的動物來放生。
㈦勸別人不要殺害動物。
㈧弘揚不殺生或慈悲的好處。
㈨看見死傷或夭折的眾生，生憐憫心。
㈩看見造殺業的眾生，替他們懺悔。
⑪遇見慈悲的人，心生歡喜。
⑫常願一切眾生永遠不互相殺害。
⑬造續命旗燈，修持藥師琉璃光如來的延壽法。
（詳情請見藥師琉璃光如來本願功德經）
⑭學習並實行養生、養身和養心的方法。

二、改造貧窮爲富貴的方法

㈠懺悔自己過去身體、語言和心念上所造偷盜的罪業。

㈡從今以後，決心不犯偷盜。
㈢看見別人從事偷盜時，設法加以勸導或阻止。
㈣看見偷盜的眾生，替他懺悔。
㈤常願一切眾生永遠不偷竊、不盜用別人的財物。
㈥看見別人不偷盜，加以稱讚。
㈦宣揚不偷盜的益處。
㈧看見別人獲得利益，不但不嫉妒而且生歡喜心。
㈨看見別人施捨財物生歡喜心。
㈩時常觀想自己在施捨。
⑾看見貧苦眾生，心生憐愍而不加以輕視或譏笑。
⑿看見富貴人家，勸他施捨，利益大眾。
⒀看見別人追求利益，不但不加留難，而且設法幫助他們達成願望。
⒁盡心幫助窮困的眾生。

㈤侍奉父母，不使老人家有所匱乏。

㈥常念「地藏王菩薩」等佛菩薩的名號。

三、改造多病爲健康的方法

㈠懺悔自己過去身體、語言和心念所造多病的業因。

㈡從今以後，決定永遠不再造多病的業因。

㈢不打罵或虐待一切動物。

㈣看見打罵或虐待動物的人，替他懺悔。

㈤看見別人打罵或虐待其他動物，設法加以阻止或勸導。

㈥常願一切眾生永遠不相打罵或虐待。

㈦恭敬侍奉父母。

㈧探望照料有病的眾生。

㈨布施良藥或良方給生病的眾生。

㈩飲食有節制，不暴飲暴食。
⑴看見病苦眾生，心生憐愍心。看見怨仇痛苦消除，心生歡喜。
⑵常念「藥師琉璃光如來」或「地藏王菩薩」的聖號。
⑶弘揚不打罵或虐待動物的益處。
⑷對不打罵或不虐待動物的人，加以稱讚。
△念佛是改造命運最好的方法之一。筆者利用懺悔和念佛這兩種方法治好病痛的經驗，達數十次之多，這絕不是巧合，盼望諸君信受奉行。

四、改造愚痴為智慧的方法

㈠懺悔自己過去所造的愚痴罪業。
㈡決心從今以後不再重犯。
㈢常親近有智慧有道德的人。

(四)常樂於教導別人，不求代價。
(五)聽聞、修持、弘揚正確的教法。
(六)有疑問立即請教師長。
(七)不說師長的過失和缺點。
(八)精勤學習，博學多聞。
(九)遠離不信三世因果的邪惡思想。
(十)印經書送人。
(土)不輕視或譏笑愚笨的人們。
(亖)憐愍關照愚痴的人。
(亖)常念「觀世音菩薩」、「地藏王菩薩」或其他佛菩薩的聖號和智慧。

五、改造不好的人緣為好人緣的方法

(一)懺悔自己過去所造損人利己的惡業。

㈡從今天起，決不再做出妨礙別人的事情。
㈢不嫉妒別人。
㈣看見別人得到好的名譽和利益，心生歡喜。
㈤常願一切眾生都得到利益和好的人緣。
㈥勸導別人不要嫉妒他人。
㈦看見別人嫉妒，替他懺悔業障，並生憐愍心。
㈧看見別人名譽減損，設法幫助他。
㈨稱讚不嫉妒的人。
㈩宣揚不嫉妒的好處。
⑪時時關心別人，處處為別人著想。
⑫常做廣結善緣的好事情。
⑬盡心侍奉父母尊長。
⑭不說別人的過失。

(十五)適時適地讚美別人的優點。
(十六)不輕視或譏笑人緣不好的人。
(十七)多做福利大眾的事業。
(十八)常懷念佛菩薩的功德。

六、求生貴子或求男求女的方法

(一)待人寬厚而不刻薄。
(二)捨己為人，同情別人，而且不好潔成癖。
(三)和藹可親，脾氣不暴躁。
(四)善養精氣，不飲酒，不整天嘮叨，不好色邪淫，不徹夜不眠。
(五)廣積陰德，迴向求生貴子。
(六)假如想求男孩，常禮拜供養「觀世音菩薩」，便可以生有福德有智慧的男孩。假如想生女孩，常禮拜供養「觀世音菩薩」，便會生端正可愛

的女孩。（見妙法蓮華經觀世音菩薩普門品）。

㈦如果有女人將要生產時，感到很痛苦。如果她能至心念「藥師琉璃光如來」的名號，並且禮拜、稱讚、恭敬供養「藥師琉璃光如來」，則眾苦皆除，所生的孩子，端莊可愛，利根聰明，平安少病。（見藥師經）。

㈧孫思邈所著的「備急千金要方」第二卷中載有求子的原理，以及十五種求子的藥方和六種針灸的部位、三種轉女為男的藥方，例如，他說不會生孩子常是因為夫妻都有五勞七傷所引起的。所以身體虛弱而想要生孩子的夫婦，丈夫應服用「七子散」或「蓼雲散」，太太服用「紫石門冬丸」或「朴消盪胞湯」。

七子散：治丈夫風虛目暗，精氣衰少無子。

五味子　牡荊子　菟絲子　車前子

菥蓂子　石斛　署預　乾地黃

杜仲　鹿茸　遠志（以上各八銖）附子

蛇牀子　芎窮（以上各六銖）山茱萸　天雄
人參　茯苓　黃耆　牛膝（以上各三銖）
桂心（十銖）巴戟天（十二銖）蓯蓉（十銖）鐘乳粉（八銖）
右廿四味，和蜜為丸。

慶雲散：治丈夫陽氣不足，不能施化或施化無成。
覆盆子　五味子（以上各一升）天雄（一兩）石斛
白朮（各三兩）桑寄生（四兩）天門冬（九兩）
菟絲子（一升）紫石英（二兩）

治女人積年不孕吉祥丸方：
天麻（一兩）五味子（二兩）覆盆子（一升）桃花（二兩）
柳絮（一兩）白朮（二兩）芎窮（二兩）牡丹（一兩）桃仁（一百

枚）菟絲子（一升）茯苓（一兩）諸實子（一升）

乾地黃（一兩）桂心（一兩）

右十四味研成粉末，和蜜做丸子如豆大。空心吃五丸。中午吃一次，晚上吃一次。

㈨針灸法：婦人絕子，針灸然谷穴五十壯。此穴在內踝前直下一寸。

婦人不會生育，胞門閉塞，針灸關元穴三十壯。

婦人懷孕容易流產，腹部疼痛，產道流血，針灸胞門穴五十壯。（胞門穴在關元左邊二寸，關元右邊二寸叫子戶穴）。

婦人不會生育兒女，針灸氣門穴（在關元穴旁三寸）一百壯。

婦人子宮閉塞不會受精，針灸胞門穴五十壯。

婦人不會生孩子，產道流出紅血色的液體，針灸泉門穴十壯。（詳見備急千金要方第二卷）

㈩懷孕時最好吃素，因為吃肉太恐怖了！吃肉的恐怖並不只是生理上

的害處，更恐怖的是它在心靈上造成了污染。吃肉會結怨債，影響將來產生敗家子，減少了慈悲心，使一個人變得粗暴昏沉。

懷孕時吃羊肝，令子多厄。

懷孕時吃山羊肉，令子多病。

懷孕時吃驢肉馬肉延月。

懷孕時吃騾肉難產。

懷孕時吃兔肉或狗肉，令子無音聲並缺唇。

懷孕時吃雞子和鯉魚乾，令子多瘡。

懷孕時吃雞肉和糯米，令子多寸白蟲。

懷孕時桑椹和鴨子一起吃，令子倒出寒心。

懷孕時麻雀肉和豆醬一起吃，令子滿目多黑點。

懷孕時吃麻雀肉又飲酒，令子心淫情亂，不畏羞恥。

懷孕時吃鱉令子脖子短小。

懷孕時吃冰，絕胎。

懷孕時隨地大小便，必半產殺人。（以上摘自備急千金要方第二卷）

關於懷孕的詳細禁忌，請參閱李時珍先生所著的本草綱目第一卷！

㈩欲求貴子，不可在「十齋日」（初一、初八、十四、十五、十八、廿三、廿四、廿八、廿九、三十日）行房。不可在夏至、冬至、立春、立夏、立秋、立冬等時節交換日、大風、大雨、大霧、大寒、大暑、大飽、大醉、大怒、雷電交加、天地陰晦、日蝕月蝕、虹霓地動、佛菩薩神仙聖誕、父母生忌日、夫婦本命日等日子行房，否則丈夫損傷身體百倍，太太容易得病，所生的兒子狂癲、愚痴、多病、聾啞、四肢殘廢、短命、不孝、不仁。

又不可在日月星辰、火光之下，神廟佛寺之中，井竈廁所的旁邊、墳墓靈柩的附近行房。

假如前世或今生廣積陰德，又交合如法，則有福德智慧的善人來投

胎。如果前世或今生不修德行善，又在不好的時間和地點行房，則有薄福愚痴的惡人來投胎，使父母心情不寧、所做不成、家道凶險。

㈩假如你廣修陰德，並且在下面的日子行房受孕，則所生的子女聰明端莊：王相曰：春季的甲乙日。夏季的丙丁日。秋季的庚辛日。冬季的壬癸日。

月宿日：

正月十日、十一日、十二日。

二月四日、七日、十日、十二日、廿二日。

三月二日、五日、七日、十日。

四月五日、十日、廿二日。

五月二日、四日、二十日。

六月廿六日。

七月廿一日、廿六日。

八月十三日、廿一日、廿二日、廿六日。
九月六日、十六日、廿一日、廿二日。
十月四日、九日、十六日、十七日、二十日、廿二日。
十一月十六日。
十二月四日、九日、十三日、十七日。（請務必詳閱健康長壽寶鑑。）

以上日期以農曆為準。每日子夜裏十一點（子時）就開始算起。

請諸君注意：不造惡業、廣積陰德才是生貴子的真正原因，選擇好日子行房只是「助緣」而已。假如不積陰德，只選好日子，豈不是捨本逐末了嗎？因為「敗家子」的發生，都是因為前世所結的冤債造成的。假如一個人不造惡業、不結怨仇，他就不會生出敗家子來。問題是我們每一個人在過去世所造的惡業和所結的怨仇都相當多，所以對一個不盡全力修德行善的，似乎就很有可能生出敗家子，所以普通人有「富不過三代」的

說法。要防止敗家子的發生，我們必須時常懺悔過去的業障，早日廣積陰德。

同樣的道理，給孩子取好名字也只是「助緣」而已，孩子的命運決定於他過去和今生所造的善惡業。諸君可不能只把精神花在取名字上，而忘了行善積德。因為行善積德才是根本，才是最重要的啊！

七、在順境中應怎麼辦？

我們遇到順境，應當這麼想：「我家現在很富足，這一定是過去世布施得來的善果，今生我更慷慨施捨，救人危急，幫助眾生。」

「我的身體現在很健康，沒有病痛，這一定是慈悲心所導致的善果。今生我更應不殺害動物，愛護眾生。」

及時行善好比趁燈火未滅時趕緊添油，以免燈火滅了，連油都找不到，添油可就麻煩了。所以我們在順境中正好行善積德！

八、遇到逆境，應如何呢？

遇到逆境，我們要自己想一想：「我現在的困難災禍都是過去世的惡業所造成的。如果我能逆來順受，隨遇而安，那麼豈不是就可以消掉罪業了嗎？不只如此，當我窮困時，我常願天下人人富足。當我多病時，我願天下人人健康。當我遇到爭鬥時，我願天下人人和睦相處。我頭腦不好，但願普天之下人人具有智慧。當我五官不全，我願天下眾生長相莊嚴。……」

遇到任何苦難，我們就發願來世能救度這類苦難的眾生。那豈不是「煩惱即智慧」嗎？（陰騭文廣義節錄卷上）

寶王三昧念佛直指這本書的下卷還提供，化逆境為助境的方法：

1. 念身不求無病，身無病則貪欲易生，是故聖人設化，以病苦爲良藥。

2. 處事不求無難，世無難則驕奢必起，是故聖人設化，以患難爲逍遙。

3.究心不求無障，心無障所學躐等，是故聖人設化，以遮障爲解脫。
4.立行不求無魔，行無魔則誓不堅，是故聖人設化，以群魔爲法侶。
5.謀事不求易成，易成則志存輕慢，是故聖人設化，以留難爲成就。
6.交情不求益吾，交益吾者虧損道義，是故聖人設化，以淡交爲資糧。
7.於人不求順適，人順適則心必自矜，是故聖人設化，以逆人爲園林。
8.施德不求望報，德望報則意有所圖，是故聖人設化，以布德爲棄屣。
9.見利不求沾分，利沾分則痴心亦動，是故聖人設化，以疎利爲富貴。
10.被抑不求申明，抑申明則怨恨滋生，是故聖人設化，以屈抑爲行門。

九、看見別人行善，我能受福嗎？

別人做善事，我們也可以種福。例如：在他還沒有做善以前，我們勉勵他做，這叫做以勉勵來生福。在他正在做善事的時候，我們則幫助他做，替他歡喜，這叫做以隨喜來生福。當他的善事已經做完成了，我們就

讚美他的功德和長處，使別人能夠效法他，這叫做以讚歎來生福。假如我們能這麼做，則天上天下，古往今來的善事，都可以給我們造福，這豈不是很妙嗎？

十、看見他人造惡，我能種福嗎？

當他想做惡事而還沒開始做的時候，我們可以勸導他不要做或者加以阻止，我們就有福了。萬一他已經在做惡事，我們就憂愁不樂，心中常憐愍做惡的眾生，我們也有福了，當他的惡事已經完成，而別人還不曉得，或者惡名還未傳播出去時，我們盡力設法加以隱蔽，而且不去談論它，我們就有福了。當大家都已經知道他做的惡事，或者他的惡名已經遠播了，我們就引以為戒，用他的例子來告誡朋友或晚輩，我們豈不也有福了。

第七章　結論

改造命運的原理與方法　陳柏達／著

Changing Destiny Principle & Approach



財物是「五家」所共有的。那五家呢？盜賊、水災（天災）、火災、人禍、官府、敗家子。

沒有廣積陰德，當心這五家隨時都可發生在你身上。何不趁早利用這會朽壞的財物來做永恆的功德呢？陰德和智慧沒人搶得走，而且對於你的子孫和來世幫助太大了。

易經上說：「積善之家必有餘慶。」

第七章 結論

陰德要積得深廣，才能受用，才有力量轉變命運。不積陰德，我們就會隨著過去世所造的業力流轉，這就是被命運限制住了。

廣積陰德最好，因為遺留書本給兒孫，兒孫未必能讀。留財富給子孫，常反而害了他們，使他們好吃懶做。

我們必須深深體會到：我們人生總難免一死。一旦大限到來，一切東西都無法保留住。縱使自己的身體，仍然會捨棄，何況那些身外之物呢？一個人死了以後什麼東西都不帶走，而只有帶走自己今生所做的善惡業，隨著這善惡業去投胎受生（參見孛經抄）。所以古人說：

「一日無常到，
方知夢裏人，
萬般將不去，

唯有業隨身。」

不要以為財富是你所擁有的。財物是「五家」所共有的。那五家呢？盜賊、水災（天災）、火災、人禍、官府、敗家子。告訴你，如果你沒有廣積陰德，當心這五家隨時都可發生在你身上。你何不趁早利用這會朽壞的財物來做永恆的功德呢？財物太多別人看了會眼紅嫉妒，宵小之徒知道了可能會做出對你不利的事情。可是陰德和智慧沒人搶得走，最保險。而且陰德和智慧對於你的子孫和來世幫助太大了。不然，易經上怎麼斬釘截鐵地說：「積善之家必有餘慶。」

為什麼一般人大都「富不過三代」，而范仲淹的家族竟能興盛了八百年而不衰呢？因為一般大人都不懂得行善，而且無時無刻不在造惡念惡業，所以容易出敗家子。一出了敗家子，你再多的財富也完了。可是范仲淹不同，他積的陰德太多了。他當宰相，可是他死後，他家人卻居然沒有錢買棺材。因為他平時把所有的錢財都拿去救助貧困了。假如你也好像范

仲淹先生這麼做，你的子孫也一定會發達的！

行善貴在及時努力。我們大家現在就開始積陰德吧！否則恐怕會太遲了。因為生命無常，我們並不知道死神何時會來臨，所以應該趁早修善積福。

「心田種德急修持，
生死無常不可期。
窗外日光彈指過，
為人能有幾多時？」——宋士元

「一年又一年，漸漸改容顏。始作兒童戲，看看白髮全。
莫造來生孽，回頭種福田。休待無常到，修行早向前。」——佚名

今天我和諸君所談的改造命運原理比起佛經解脫生老病死的智慧，可是小巫見大巫。盼望諸君讀了這一本書以後，不要就此自滿，發心去精研教典、深入經藏，你將來的成就才是不可限量的。謹在此恭祝大家法喜充滿，福慧雙修！

人生如戲莫非自編自
導自演自觀自賞總不閱境
緣事也會達諸實相不會則生
煩惱習染故古大德常以此勘
驗學人曰會麼 參



附註

註一：「知由善因生善果，知因惡因生惡果，惡遠惡離矣。」（涅槃經）

註二：「劫是印度最長的一種時間單位，一小劫合計一千六百八十萬年，一大劫合計十三億四千四百萬年。」

註三：「永言配命，自求多福。」（詩經）

註四：「天難諶，命靡常。」（書經）

註五：「天作孽，猶可違；自作孽，不可逭。」（書經太甲）

註六：「作善降之百祥，做不善降之百殃。」（書經）

註七：「積善之家，必有餘慶。積不善之家，必有餘殃。」（易經）

註八：「吉凶消長……。」（易經）

註九：「善則獲福，惡則受殃，天之所疾，禍無久遲，陰德雖隱，後無

不彰。是故聖人，化惡授善，莫不蒙祐。」

註十：「上帝臨汝，日監在茲。」（詩經）

「禍福無門，惟人自召。善惡之報，如影隨形。是以天地有司過之神，依人所犯輕重，以奪人算。算減則貧耗，多逢憂患……又有三台北斗神君，在人頭上，錄人罪惡，奪其紀算。又有三尸神，在人身中，每到庚申日，輒上詣天曹，言人罪過，月晦之日，竈神亦然。」（太上感應篇）

註十一：「非天夭民，民中絕命。」（書經）

註十二：「一切福田，不離方寸。」（六祖壇經）

註十三：「心為法本，心尊心使，心之念惡，即行即施，於彼受苦，輪轢于轍。心為法本，心尊心使，心之念善，即行即為，受其善報，如影隨形。」（忠心經）

註十四：「應觀法界性，一切唯心造。」（華嚴經）

註十五：「相從心生。心有善惡，有厚薄，而相之休咎繫焉。」（陳希夷心相篇）

註十六：「心者貌之根，審心而善惡自見。行者心之發，觀行而禍福可知。」（陳希夷心相篇）

註十七：「心能造作一切業，由心故有一切果。如是種種諸心行，能得種種諸果報。」（正法念處經第二十卷）

註十八：「一切眾生，繫屬於業，依止於業，隨自業轉，以是因緣有上中下差別不同。」（業報差別經）

註十九：「眾生莫輕小惡，以為無罪，死後有報，纖毫受之。父子至親，歧路各別；縱然相逢，無肯代受。」（地藏經地獄名號品第五）

註二十：「一切眾生所作業，縱經百劫亦不忘；因緣和合於一時，果報隨應自當受。」（光明童子因緣經卷第四）

註廿一：「業有三種：一者現受（報），二者生受（報），三者後受（報），此三種業中，一一皆有定與不定。」（大乘造像功德經卷下）

註廿二：「若人行道者，常好坐禪，觀心無心，法不住法，名大懺悔。」（宗鏡錄卷八十八）

註廿三：「天到虧盈而益謙，地道變盈而流謙，鬼神害盈而福謙，人道惡盈而好謙。」（易經）

主要參考書目

一、大般涅槃經（關於佛經部份的參考書，可以「大藏經」中查到詳細資料，所以筆者在此沒有註明譯者和翻譯的年代。）

二、培根論文集，培根著、薛百成譯　經緯書局民國五十五年出版

三、善惡因果經

四、可許則許　陳海量著　無量壽出版社六十二年六月印行

五、放生殺生現報錄　江慎齋著　佛教書局六十五年四月印行

六、孛經抄

七、華嚴經

八、梅花易數　邵康節著　竹林書局民國六十七年四月六版

九、達摩一掌金　一行禪師著　瑞成書局民國六十二年四月再版

十、達摩一掌金　一行禪師著　竹林書局印行

十一、占察善惡業報經
十二、占察善惡業報經義疏 藕益大師著 佛教書局民國六十四年八月初版
十三、占察善惡業報經玄義 藕益大師著 佛教書局民國六十四年八月初版
十四、占察善惡業報經暨行法 藕益大師著 佛教書局民國六十四年八月初版
十五、護生畫冊 豐子愷畫 慧炬出版社民國六十九年出版
十六、詩經集註 新陸書局民國六十四年印行
十七、書經集註 新陸書局民國六十四年印行
十八、易經集註 新陸書局民國六十四年印行
十九、地藏菩薩本願功德經
二十、譬喻經
廿一、周易禪解 藕益大師著 佛教書局民國六十四年八月初版
廿二、了凡四訓 袁了凡著 台北華藏法施會民國六十七年三月影印
廿三、備急千金要方 孫思邈著 國立中國醫藥研究所民國五十四年十二

月印

廿四、千金翼方 孫思邈著 國立中國醫藥研究所民國五十四年印行

廿五、念佛感應見聞記 台中佛教蓮社同人輯 慈恩雜誌社民國六十八年十月出版

廿六、感應篇彙編 台北華藏法施會民國六十六年十月出版

廿七、醒世千家詩 李圓淨編著 佛教書局六十九年二月出版

廿八、禪語 英凱譯 國家出版社民國六十九年二月出版

廿九、惜字徵驗錄 述古老人題 萬有善書出版社甲戌年三月出版

三十、漢英佛學大辭典 成文書局民國六十一年出版

卅一、業報差別經

卅二、彌勒菩薩所問經

卅三、阿毘曇甘露味經

卅四、法苑珠林

卅五、大智度論
卅六、菩薩本行經
卅七、大藏一覽
卅八、經律異相
卅九、文昌帝君陰騭文廣義節錄 周安士著 觀世音月刊社印行
四十、萬善先資集 周安士著 觀世音月刊社印行
四一、欲海回狂 周安士編 觀世音月刊社印行
四二、崇儉編 鈞叔豪編著 慶芳書局民國四十七年四月出版
四三、自知錄 蓮池大師增訂 台中慈光圖書館民國六十二年印行
四四、在家律要廣集 陳熙願集 台灣印經處民國五十年十二月初版
四五、宗鏡錄
四六、布施經
四七、藥師琉璃光如來本願功德經

四八、妙法蓮華經
四九、寶王三昧念佛直指
五十、修慈經
五一、大乘理趣六波羅密多經
五二、心相篇　陳希夷著　華藏佛教視聽圖書館民國六十八年二月印行
五三、四書蕅益解　蕅益大師解　佛教出版社民國六十四年八月台初版
五四、四十二章經
五五、十不善業道經
五六、千手千眼大悲心陀羅尼經
五七、分別業報略經
五八、淨業障經
五九、梵網經（菩薩心地戒品）
六十、菩薩善戒經

六一、優婆塞戒經
六二、諸德福田經
六三、阿難問事佛吉凶經
六四、輪轉五道罪福報應經
六五、分別善惡所起經
六六、分別善惡報應經
六七、施食獲五福報經
六八、忠心經
六九、般泥恒經
七十、正法念處經
七一、妙法聖念處經
七二、健康長壽指南 台中瑞成書局民國六十二年八月再版

諸佛諸菩薩偈曰：

口意不行惡　身亦無所犯

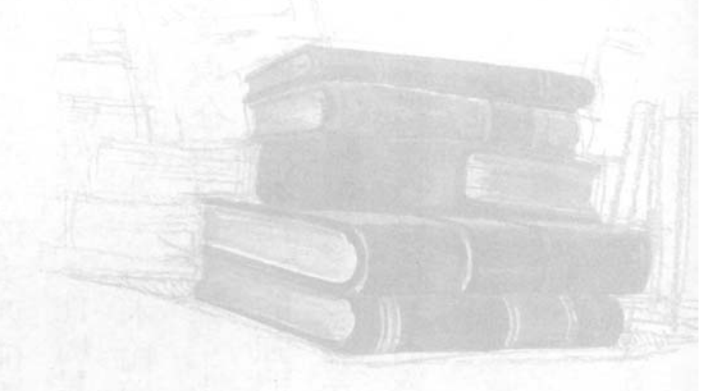
當除此三行　速脫生死關

佛教是有嚴格的思想系統，並且徹頭徹尾，把人生一切重要事物都詳細解答給我們，也能指示一條光明的真理（大道）。多得佛法的道理者，人生必充滿著勇氣和樂觀。前途定是無限的光明。

所謂：人身難得今已得，佛法難聞今已聞，

此身不向今生度，更待何生度此身。

Changing Destiny



Principle & Approach

著名人類學家馬里奧博士驚人發現

許多人前生原是飛禽走獸

馬里奧博士是利用前生回溯催眠法套出別人前生的事跡，他在十多年前便發現此事。近年，這類個案增加了……

馬里奧博士是研究人類輪廻學的專家，他的研究差不多已可肯定了輪廻是存在的，在他研究的千多個個案中，被研究者在接受了前生回溯催眠後，都能說出前生的事跡，絕大部份研究者描述的前生事跡都證實是眞實無訛的。馬里奧博士動人心弦的研究，本欄以前已介紹過了。

催眠後吐眞相

最近，馬里奧博士又發表了新的研究報告。他發現了原來有些人的前生竟然是動物！

他首個此類個案的主角是一名三十多歲的男人，他爲了體重問題而來求助他幫助。這男人十分喜愛參加派對，在派對中，他往往不能自制地大飲大食，使他不斷發胖。

很多醫生都建議他減少他參加派對，但無論他如何努力，他總不能控制自己的內心衝動，於是求助於馬里奧博士。

經過前生回溯催眠後，博士發現他的前生竟然是一條海豚！

他憶述他自己的前生是一條年輕的雄性海豚，是牠們一群中最具才智最聰明的。有一次，他感覺到一群殺人鯨——海豚的天然敵人，正游向牠們，他嘗試去警告牠的同伴，但牠們被眼前的食物所吸引著，對他的警告全不理會，於是他只好自己離群避難。

果然，一群兇猛飢餓的殺人鯨接近了，將那群海豚全群殺死，只剩下他獨自一條，在該海域之中孤獨無伴地渡過一生。

馬里奧從他的前生經歷之中，得出他現今生活的問題結癥所在——他渴望伴侶。

於是他現生之中有強烈的潛在恐懼感，他害怕再孤獨，希望一直經常有一大群人在他身旁。

馬里奧博士的另一個有趣個案是被研究者的前生竟然是一條蟒蛇，當他在椅上憶述這件事時，他甚至做出蟒蛇爬行的動作。

這名男子說他前生有一天正盤作一團在晒太陽，突然之間火山爆發，使他整個滾落了山下，被土石活埋了。

前生是大灰熊

在另一個案中，一名三十多歲的女秘書，憶起自己的前生是一頭全身長有紅毛，會站著走路的雄性熊人。

她生動地形容了她的前生如何從一枝枯死的樹幹內，檢出裡面的昆蟲和吃食牠們，馬里奧博士認爲她的前生很明顯是一頭灰熊。

另一個案的主人翁是一名廿四歲的家庭主婦，在催眠下，她告訴研究人員她正在蜷伏在沙漠的一處蔭暗的石塊下。

當她形容四周事物時，顯示她是從地面上望著東西的，就像一條響尾蛇一般。

有一個十分愛馬的女子曾求助於馬里奧博士，她是一名醫生，收入頗豐，但往往收入不敷支，因爲她實在太喜愛馬了，她不能控制自己花費於馬匹上，她曾先後求助於數位心理醫生都不能解決她的問題，最後經馬里奧博士用前生憶述催眠法診治後，才知道問題所在，原來她前生是一匹賽馬，它叫「珍納第」，二十年代在美國南方多個州出賽，頗有名氣。

有一名少年描述自己的前生是一頭黑豹，他描述了一個黑豹的自由自在的感受，他清楚地說出他如何感到自己較森林內其他動物優勝，像萬獸之王一般。

輪迴超越界限

另一個老婦在催眠之下則說出她前生是一隻老虎，這隻老虎十分兇猛，曾經殺死過五千隻動物以上，最後給一個獵人打死了。

馬里奧博士聲稱其實他在十多年前便發現有動物輪迴爲人的個案，不過一直未發表，到近年，這類的個案增加了，經過調查發現其中大部份是十分可信的，所以他才整理發表，但他未能提出新的理論解釋這些現象。

西剛博士亦是研究輪廻學的著名學者，他甚至認爲輪廻轉世應超越人類與地球上動物之界域，宇宙中適合生物生長的星球有很多，單是在銀河系中，便可能有上百個甚至數千個適合生物生存的星球。

在那些星球，有許多我們想像不到的生物存在，不管牠們之形態如何，牠們體內也一定有支配其自身活動之中心，即是腦或與腦相似的部份。

人類死後，生命便成爲宇宙生命的一部份，可到處飛行，亦有進入宇宙生物腦的可能性，同樣動物，或其他宇宙生物亦有可能進入嬰兒的胚體輪廻成爲人類。

當然宇宙之中一定有一個嚴格的法則控制一切的輪廻活動，這方面佛家有十分詳細的研究。很多科學家已開始對那些描寫輪廻的佛學書籍發生興趣，因爲那些書上的記載有很多和近年的研究發現十分脗合。

地獄報應的故事

這裏我且舉一個民國初年，諦閑老法師去北京講經，道經烟台時，同他的皈依弟子烟台道尹伍雍所說的地獄故事，詳見倓虛老法師影塵回憶錄第八章八二頁至八七頁。回憶錄說：

『諦老也知道伍的夫人是程某的女兒，程某在過去做過大官；此時他已死去。他夫人很信佛，還辦了不少的慈善事。在談話之間，諦老忽然想起一段奇聞：

『你知道吧！』諦老對伍道尹這樣問。『近來上海出一段奇聞，差不多人人都知道！』

『我還沒聽說呢，什麼奇怪事？』

諦老又沉思了半響，像說閒話似的，把這一段新聞，從頭至尾的說出來。事情是這樣的：

『有一位程某，是一個官宦人家，家裏很富足。程某在上海故去了。他還有一個太太，念夫心切，自從夫君死了以後，整天哭的要死要活，想要與夫君再見一面，那時候，在上海有一個法國人，會『鬼學』，能夠把新死去的鬼魂招來，與家人重行見面談話，一次要一千塊錢。程太太因爲家道很富足，化一兩千塊錢，也算不了什麼！只要把夫君招來見見面，這就心滿意足了。於是請法國人到了家裏，晚間，在大客廳裏擺好壇，把電燈一熄，法國人就

在裏面掐訣念咒，約有一點鐘工夫，電燈完全又開了，但却沒見到鬼來。洋人說：

『咳！這個人很難找！在陰間找了半天，也沒找到。後來見他在地獄裏，無論怎麼叫他，也叫不出來。』

程太太自從夫君死了以後，心裏疼的吃不下飯，巴不得趕緊把他招來見見面，談談話；誰想出乎意料之外，自己的夫君不但沒來，而且洋人還說他下地獄，程太太聽到這話，不由得怒從心出，火了：

『你這個洋鬼子玩藝兒，眞會騙人！』程太太惱憤憤的說：『我丈夫一輩子樂善好施，蓋廟修橋，不升天，也就夠寃枉了！爲什麼反而下地獄呢？你這不是故意汚辱我們嗎？』就這樣把那個洋人申斥一頓。那位洋人，因爲當時不能給他拿出證據來，所以也沒法子辯駁，白受了一頓氣。

程太太氣不過，仍然直叨咕，洋人也實在忍不住了。

『好啦，妳如不信的話，如果妳另有新死的人，我可以給妳找來作個證明。』

『別人我不要，只要我丈夫！』她仍是氣的要死的樣子說。

程太太有一位大兒子，剛在窰子裏死了不幾天，說這話時，從傍有人想起程太太的大兒媳婦，說：

『大少爺不是剛死了不久嗎？既然他現在能招魂，可以借這機會，叫少奶奶花幾個錢，

把大少爺的魂靈招來；一方面可以說說話，一方面還可以證明這件事。』

有人把這話告訴大少奶奶，大少奶奶恐怕程太太不樂意，打算自己花錢；所以先給程太太商量一下。程太太說：

『你們的事情我不問！』

洋人也在旁邊插嘴說：

『要願意再作的話，我可以減價算五百元。』

大少奶奶很年輕，男人又剛死過，心裏正在很哀痛的時候，也很想把他招來見見面，說說話，安慰一下自己的心。就是花上五六百塊錢，也算不了一回事。於是就把死者的生辰八字，以及死的日期開好，一切都準備好了以後，洋人重行登壇去作法。

這一次不像上次一樣，登壇不一會工夫，鬼就來了。來的時候，先在棹子底下哭了一頓，以後又說話。他的女人問道：

『你是某人嗎？』

『是！一點不錯。』

『你在陰間怎麼樣？』

『因爲我剛死過不久，還在疏散鬼之列，未受拘禁。過幾天，恐怕一點名，就要受拘禁了。唉！我在世間的時候，整天花街柳巷，吃喝嫖賭，不做正經事，造下這種孽，覺得很對

不起妳。現在我已經走到了這步田地，也沒辦法，除非妳們能做功德，念經超度我。在我那件衣服裏，還有一張支票，你可以到銀行取出來。家裏的事，妳多費心，要好好照管孩子！』

有人到那件衣服裏找一找，果然在口袋裏有一張支票，在傍邊看的人，又把他的小孩子抱來，故意讓他問：

『你是我父親吧？』

『是，乖孩子！你好好聽你媽媽的話！』

這時，鬼也哭，家裏的人也哭，弄得客廳裏一片哭聲。尤其是他的女人，幾乎哭得不成聲。後來她在極端悲慟之中，忽然又想起，剛才要請她老太爺的事。又問：

『最初請咱父親，爲何不來？』

『聽說他已經到地獄去了。』說這話時，鬼的哭聲更大，程太太在傍邊聽著，也沉不住氣，忽然插嘴說：

『你父親一輩子行好作善，重修某隱寺，創修某佛寺，捨茶捨藥，廣作布施，印送經典，他有什麼孽，還得下地獄？』她一邊說，還一邊着急的了不得！

『我問過他』，鬼對程太太說：『聽說：因爲我父親原先困窮的時候，在北京做官。有一年，正值山西年歲不好，鬧饑饉；皇上派他到山西，辦賑濟，國家發了六十萬兩銀子的賑濟款，我父親違法貪汚，完全入私囊了；因此餓死了成千成萬的人。後來朝廷又派專使去調

查，我父親行了幾萬兩銀子的賄賂，把這件事情就掩飾過去了。因此罪孽太大，所以到陰間沒有幾天，就轉到地獄裏去了。』

『你父親一輩子做的善事也不少哇！就是有罪的話，將功折罪，也不致於下地獄吧！』

『那——他的功固然有，究竟抵不過他的罪。有功德，將來可以上天去享福，那又是一回事。而現在所欠的這些成千萬的人命債，還得先要來補償！』

程太太聽到這話，更加火了！

『既然作善事沒好處，我們還行善作功德幹什麼？趕快！派人到某佛寺去，把寺拆掉。把那一些僧人完全趕跑！』

這一幕中法合演的鬼劇，到這裏算完了。弄得佛寺，却內外都不安起來。諦老講到這裏，遂問伍道尹：

『這件事在上海鬧了很多日子，差不多人人都知道。你和程某是至親，究竟他在過去有沒有這回事？』

『他當時在北京做官的時候，正在窮的難過，這事情不能說一定，大半或者也許有，我不敢說。』

話講到這裏，也就無人再往下說了。

這是活生生的最近數十年間一件地獄報應故事，讀了以後，眞夠令人警惕！

觀此中所言，可得數點啟示：

一、近代西學東漸，世人對佛教因果輪迴之說，多不相信，視爲勸化愚夫愚婦之學。不重因果，不懼惡道，謂人死如灯滅，不知死後，業力一一現前，隨其重者而逝，無由逃避也。

二、書中主人程某，生前高居官職，不知秉公行事，造福百姓，反行貪瀆。山西賑災，公款盡入私囊，害人無數。雖然晚年覺悟，努力行善，奈何惡業已成，故死後淪入地獄。

三、佛家言因果不昧，「善有善報，惡有惡報」。即造惡因，苟若冀免其果，當努力行善，並斷其惡緣，如蒺藜之種，若無水源、養料，縱有惡因亦難長成矣。若善力不足，惡緣又已現前，勢將先遭惡報，縱有善行，亦於罪滅後方可受也。

偈曰：「因固可畏，無緣不生；蒺藜絕水，難望結成。」今恐人誤解，以爲行善反遭惡果，故特述耳。

章太炎夢做閻羅王

我在這裏，舉個威神與業力，能到地獄的有力故事：

民國四年，袁世凱想做皇帝，深怕章太炎先生反對，先期誘至北京，幽於龍泉寺；先生憂憤之餘，夢做閻羅王。當時有報宗仰和尚書云：

『仰上人侍者：快接復書，神氣爲開，所問幻夢事狀，今試箠述，願上人評之。去歲十二月初，夜夢有人持刺，請喫午餐，閱其主名，則王鏊也。（王，震澤人，明武宗時賢相。）走及門外，已有馬車；至其宅中，主人以大餐相餉；旁有陪客，印度人、歐洲人、漢人皆與。各出名刺，漢人有夏侯玄、梅堯臣。余問王公：『讀史知先生名德，而素無杯酒之歡，今玆召飲，情有所感。』王曰：『與君共理簿書事耳！梅君則總檢察，吾輩皆裁判官，以九人分主五洲刑事；而我與君，則主亞東事件者也。』余問王曰：『生死爲壽量所限，輪廻則業力所牽；大自在天尚不能爲其主宰，而況吾儕？』梅氏答曰：『生死輪轉，本無主者，此地唯受控訴，得有傳訊逮捕事耳。傳訊者不皆死，逮捕則死矣。旣判決處分後，至彼期滿釋放後，又趣生諸道，則示非此所主也』。余念此論，頗合佛法，與世俗傳言餱摩主輪廻生死者不同。因復問言：『鐵床銅柱，慘酷至極，誰制此法者？』皆答曰：『此處本無制法之人；吾輩受任，亦是閻浮提人公擧，無有任命之者。法律，則參用漢、唐、明、淸及遠西日本諸法，本無鐵床銅柱事也。受罪重者，禁錮一刼；短則有百年。而笞杖之與死刑，皆所不用。

吾輩尚疑獄卒私刑，以鐵床銅柱，困苦獄囚，因曾遣人微往視之，皆云無有。而據受罪期滿者言，則云確受此痛。』余曰：『獄卒私刑，非覘察所能得，吾此來當與諸公力除此敝何如？』王答曰：『固吾心也。』遂返。明日復夢到署視事。自後夕夕夢之，所判亦無重大案件，唯械鬥謀殺，詐欺取財爲多。如此幻夢不已，而日曜（星期日）之夜，則無此夢。余甚厭之。去歲夢此二十餘日；一日，自書請假信條焚之，夜亦無夢。一夕，盡換獄卒，往詢囚徒，云：『仍有鐵床銅柱諸苦。』因問此具何在？囚徒皆指目所在，余則不見，歸而大悟。佛典本說此爲化現，初無有人逼迫之者，實罪人業力所現耳。余之夢此，是亦業感也。今春以人參能安五臟，買得服之，並於晚飯後宴坐觀心一小時頃，思欲去此幻夢，終不可得。來示謂不作聖解，此義鄙人本自了然。但比量上知其幻妄，而現量上不能除此翳垢，自思此由瞋心所現故耳。吾輩處世，本多見不平事狀。三歲以來，身遭患苦；而京師故人，除學生七、八人外，其餘皆俛仰炎涼，無有足音過我者。更值去歲國體變更問題，心之瞋恚，益復熾然，以此業感，而得燄摩地位，固其所宜。息瞋唯有慈觀，恐一行三昧，亦用不著。慈觀見涅槃經，雖說其義，而無其法；亦如竟無從下手耳。想上人必有以教我也。（所瞋之事，有何體性？能瞋之心，作何形象？未嘗不隨念觀察，而終不能破壞。）……章炳麟和南三月三十日』

章先生書中所言：可得三點啟示：

一、章先生奔走革命，九死一生，鼎鑊在前，奮不顧身。其磅礡無前之氣概，足以薄日月而撼山河，即經中所謂威神是。故能獨到獄所。

二、先生不見炮烙等刑，而罪犯能見，以先生無此業，故亦不招此感，而地獄惟業所顯，亦可得一確證。

三、『來示（指宗仰上人來信）謂不作聖解，此義鄙人本自了然。但比量上知其幻妄，而現量上不能除此翳垢，自思此由瞋心所現故耳。』此即經中所謂『業力不可思議。』亦即『習氣難除』之證。經言：『阿羅漢習氣未淨，惟佛方能除盡。』故成佛須三大阿僧祇刼也。

錄自『論地藏經是佛對在家弟子的遺教』

生死輪迴證明由冥府掌管

李柏農居士說：有麥君，當香港華民政務司英文書記并教授英文，性情清正，絲毫不苟，政務司英國人，常對人說，中國人能像麥君，國事那裏會弄到這樣！麥君每月中，要整睡七晝夜，說是當陰間放關的職務，掌管輪回，人多不信。問他七天所放的靈魂有多少？說有幾十萬。問他一同作事的人有多少？說很多，問他天地中有這樣多的人投生麼？說投生不都在人道裏，香港廣東人，喜喫乳鴿，一天殺無數，這無數的乳鴿在幾十日中生生死死常受輪回，也在我們手裏經過。又說同事二人，有大禍，一不孝，一枉法，將死在水火裏，叮囑不要到省城去，二人不信，特到省城去，那時正當省城大水，西關同時大火，一人死在水裏，一人死在火裏。麥君說地府最重佛法。

錄自『因果輪回實錄』香港佛經流通處出版

賴母謝老居士往生記

念念若能離溷濁　生生從此脫胞胎

賴母謝妙娘老居士，彰化縣員林人氏，於七十四年十月一日往生，享世壽八十。遺骨火化後，獲五彩舍利數百顆，顆顆堅固異常，並且色彩斑爛。本刋特將老居士平素精勤向道之修行事蹟，專訪刋載，願同修歡喜讚嘆之餘，亦堅定信心，勤備資糧。

賴母三十歲即開始信佛持齋，早年修行方法，是「早金剛，晚彌陀」僅止於誦經禮佛而已。在十餘年前，因車禍傷及雙腿，略微不良於行，因而向同修陳酌君居士慨嘆，「禮佛有所不便，眞是業重障深。」陳居士乃語之曰：「念佛法門不可思議，只要誠心念佛，功德更大。」此後賴母即一心念佛，力求往生。

老居士日常修行甚爲精勤，每天清晨四時即起身作早課，課畢聽電台弘法節目，以求行解相應。平素單獨一人住員林鄉間，早齋畢，經行休息，約九時許，再靜坐念佛。坐、臥均面朝西方，以表心志。午齋後休息到二點半，起身，依然繼續念佛。傍晚時刻，盥洗完畢，即作晚課，夜間休息，必右臥如弓，天天如是，從不間斷。

老居士謹守口德，向不說閑雜語。惟獨每見同修來訪，談及修行法門，必法喜充滿，暢談心中所感、所悟。常勉勵後學：「不要放蕩，念佛要念得紮實，句句出口、入耳、心想。

這樣下功夫，才會有定，有定之後，智慧就增長，覺就出來了。」陳酌居士年紀較老居士小十五歲，身體依然健朗，每次上員林佈教所聽經後，老人最喜歡問問她，聽進去了那些法，聽後又有何心得。七、八十歲之老嫗，修持嚴謹若此，語必及道，街坊蓮友聽聞者，無不心生敬佩，勤念彌陀。

近一年，老居士因高齡獨居鄉間，子孫深感不安，紛紛設法請老人到市區共享天倫。北部兒子，特將其佛像搬往台北，期盼老人隨佛北上。老人在衆子孫殷切勸駕下，終於搬到員林車站附近與子媳同住。在無佛像可瞻仰膜拜之環境下，老居士依然天天面西作課，不斷修行。然而厭離娑婆之心轉切，屢告陳酌居士：「我今生最缺度衆與助念，我臨終時，你可要好好助我一臂之力。因人臨命終時，一剎那就入地獄，一剎那就上西方。」

今年農曆七月中旬，老居士再告訴陳酌居士說：

「我要回去了，這裏沒有佛像，還是早點往生好，你要好好幫我護持助念。」

陳居士見老人毫無病苦，精神矍鑠，故戲言：

「天氣如此炎熱，助念頗爲辛苦，你往生的難過，我助念的也難過啊！」

「我待天涼些才去，你可別誤我，切記要助念啊！」

「唉！你可別拖太久，否則你未斷氣，我反而比你先走。」

「不會太久的，二、三天就好了。」

陳居士說，老人有如預知時至般的要求她助念，果於農曆八月中旬，天氣轉涼時節，因頭痛暈厥，助念三天，安祥往生。彌留三天中，第一天，目不能睜，口不能言，然手掌，始終隨佛號之節奏，拍打床沿。第二天依然微抬手指，暗合佛號。第三天陳居士在耳邊叮囑提起佛號時，老居士均有所反應，完全正念分明。往生後，其眷屬如法助念八小時始入歛，其身猶柔軟如棉，容貌如睡。

老居士火化後，撿拾遺骨時，胸口有白色舍利花一團，左右各有佛手狀之舍利一只，枕骨處有黑色髮舍利四枚，左手肘有朱紅色舍利，左右膝有綠、靑、藍等各色舍利子，共數百餘顆。舍利子多呈橢圓形，大部份直徑在半公分以上，晶瑩耀目，爲本省罕見，誠爲稀有難得。

淨土法門，三根普被，萬修萬人去，由賴母之修持可得明證，願我同修，既得人身，復聞佛法，且見賴母修證之殊勝，務必佛號提起，窮盡形壽，不改初衷，正是「念念若能離溷濁，生生從此脫胞胎。」

（轉載七十四年十一月明倫月刊一六〇期專訪）

改造命運的原理與方法（二〇一三年新版）功德主名錄

委印文號：102187

六、〇〇〇元：陳天一。
四、九〇〇元：游葉志。
三、〇〇〇元：倪若庭。
二、〇〇〇元：倪帆又。徐立勳。
一、〇〇〇元：黃淑貞。周政賢。黃晨瑜。李淑卿。游世宇。周竣毅。董恬伶。呂聰財。林俊斌。陳福英。
五〇〇元：謝惠珍。李淑芳。周銘祥。林溎嬪。林美滿。倪羿家。簡意憓。張建薇。陳育璇。陳潔儒。陳俊仲。方灘臻。楊定然。黃玉珊。施佳旻。范馨文。林芸安。
三〇〇元：游沅勳。高素惠。龔志聰。倪文宏。
二〇〇元：李沂庭。林雅娟。蔡寶慧。張雄智。李惠貞。劉文娟。周冠穎。蔡耀東。
一〇〇元：宋思齊。徐佳薇。周貴美。張婉怡。莊麗鳳。吳偉銘。楊玉玲。林家雯。
四、八〇〇元：佛陀教育基金會。

以上計新台幣：四四、八〇〇元，恭印一、六〇〇本。

回向：天下和順，日月清明，風雨以時，災厲不起，國豐民安，兵戈無用，
崇德興仁，務修禮讓，國無盜賊，無有怨枉，強不凌弱，各得其所。
祝願法界一切有情，所有六道四生，宿世冤親，現世業債，咸憑法力，悉得解脫。
祝願現生者增福延壽，發菩提心，常隨佛學，勤修精進，利濟群生。
祝願已故者往生淨土，同出苦輪，共登覺岸。

附記：本會接受善信委託，代印經書、佛像，其必要之費用，均經本會審慎評估；若有結餘，均續作本會之印（購）經書及運費，為施主廣積陰德，歡迎十方大德善加利用。

普為出資及讀誦受持
輾轉流通者回向偈曰

願以此功德
消除宿現業
增長諸福慧
圓成勝善根
所有刀兵劫
及與饑饉等
悉皆盡滅除
人各習禮讓
讀誦受持人
輾轉流通者
現眷咸安樂
先亡獲超昇
風雨常調順
人民悉康寧
法界諸含識
同證無上道

卍卍

佛曆二五五七年/西元二〇一三年六月　恭印：一六〇〇本

流水號：11370
書號：CH740-30

改造命運的原理與方法（二〇一三年新版）

發行人：簡豐文
出版者：財團法人佛陀教育基金會
地　址：100台北市杭州南路一段五十五號十一樓
網　址：http://www.budaedu.org
E-mail：budaedu@budaedu.org
電　話：（〇二）二三九五一一九八　**傳　真**：（〇二）二三九一一三四一五
劃撥戶名：財團法人佛陀教育基金會　**郵局劃撥帳號**：〇七六九四九七九
銀行名稱：台灣銀行城中分行（請於電匯或轉帳後告知本會用途）
銀行帳號：〇四五〇〇四五九七五〇三

本會經書免費結緣之請取方式如下：

（一）親臨本會三樓講堂。（二）利用傳真：（02）23965959
（三）撥打電話：（02）23951198 分機：11、12
（四）網　址：http://www.budaedu.org/books/。（五）寫信指定：本會法寶流通股。

為提高服務效率，請您嚴謹考量，慎選所需經書；儘量少用電話，多利用文字方式請取，並請詳寫經書名稱、冊數及收件人姓名、地址、電話、郵遞區號，以減少本會之處理時間；若大量申請，請註明用途，且避免姓名、地址等文字上書寫之錯誤。

◎本會經書，歡迎翻印（請勿增刪），贈送流通，功德無量。

◎本會交通—

※捷運：善導寺站5號出口，至杭州南路右轉，過兩個紅綠燈。
※公車站牌：審計部站→212、299、232、205、276、605、257、262
台北商業技術學院→253、297、237　仁愛路二段→222、297
開南商工→208、295、297、15、22、671

行政院新聞局出版事業登記證局版臺業字第三八六九號